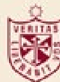
GASTRONOMÍA PERUANA

PATRIMONIO CULTURAL DE LA HUMANIDAD

Sara Beatriz Guardia - edición







USMP
UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES

Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura

Cátedra UNESCO
Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible
Universidad de San Martín de Porres,
Lima, Perú

GASTRONOMÍA PERUANA
PATRIMONIO CULTURAL DE LA HUMANIDAD

Sara Beatriz Guardia
edición

GASTRONOMÍA PERUANA
PATRIMONIO CULTURAL DE LA HUMANIDAD





Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

Cátedra UNESCO
Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible
Universidad de San Martín de Porres,
Lima, Perú



USMP
UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES

GASTRONOMÍA PERUANA. PATRIMONIO CULTURAL DE LA HUMANIDAD
Sara Beatriz Guardia - edición.

Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología
Av. Tomás Marsano 242-246, Lima 34, Perú
Teléfono: (511) 513 6300. Fax: (511) 242 5899

Universidad de San Martín de Porres - Fondo Editorial - USMP
Jr. Las Calandrias 151 - 291, Santa Anita, Lima 43 - Perú
Teléfono: (511) 362 0064 Anexo 3262
Correo electrónico: fondoeditorial@usmp.pe
Página web: www.usmp.edu.pe

Diseño y diagramación
ODM Oficina de Diseño y Multimedia de la Universidad de San Martín de Porres.

Foto de portada:
Javier Ferrand

Créditos de fotografías:
© Centro Internacional de la Papa (pp. 8, 158, 167), Archivo USMP (pp. 11, 15), © iStock.com/pxhidalgo (p. 12), © Javier Ferrand (pp. 70, 146, 152), © Daniel Giannoni (p. 90), © iStock.com/gustavofrazao (p. 116), © Anna Alferova/Adobe Stock (p. 176), © Heinz Plenge Pardo (p. 208, 214-5), © Mircea Dobre/Adobe Stock (p. 224), © iStock.com/RuslanaQuispe (p. 234), Pixabay (pp. 259, 268).

Primera edición digital
Noviembre 2020
Pdf – 8 Mb

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Peru Nº: 2020-07649
ISBN: 978-612-4460-26-5



El presente libro es obra de Sara Beatriz Guardia, directora de la Cátedra UNESCO de Patrimonio y Turismo Sostenible de la Universidad de San Martín de Porres.

Tiene una gran trayectoria de investigaciones sobre la gastronomía peruana. Varios de sus libros recibieron premios mundiales de Gourmand World Cookbook Awards.

La felicito por este nuevo aporte significativo que enaltece a la cultura peruana.

Dr. Johan Leuridan Huys
Decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología de la Universidad de San Martín de Porres



CONTENIDO





PRESENTACIÓN

Sara Beatriz Guardia
Directora de la Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible de la Universidad de San Martín de Porres, Perú

La gastronomía es una de las expresiones culturales más importantes del Perú, plena de exquisitos sabores y antiguas reminiscencias, resultado de un amplio proceso que se inicia en las sociedades precolombinas, y se prolonga hasta nuestros días como expresión de una vasta herencia cultural. A este continuo intercambio de alimentos y vertientes culinarias que ha enriquecido a lo largo de varios siglos nuestra gastronomía, hay que agregarle su biodiversidad y pluriculturalidad, resultado de la convivencia e interacción de culturas, andinas, amazónicas, europeas, asiáticas y africanas, en un territorio megadiverso (84 de las 117 zonas de vida del planeta se encuentran en el Perú), y con una producción de 4400 plantas nativas. Solo así puede explicarse su extraordinaria variedad de sabores y texturas.

La Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología de la Universidad de San Martín de Porres inició la investigación y difusión de la gastronomía peruana en 1992, con el seminario Arte, Cultura e Identidad sobre la Mesa, y la publicación del primer libro, *Cultura, identidad y cocina en el Perú* en 1993. Desde hace 27 años, es la única institución en el Perú que de manera sistemática y permanente investiga y publica libros de gastronomía desde una perspectiva culinaria, histórica, cultural y social. Durante estos años se han publicado más de cien libros bajo la dirección del Dr. Johan Leuridan Huys, decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología, reconocido por Gourmand World Cookbook Awards como Mejor Editor de Libros de Gastronomía del Mundo 2005 y 2015.

La notable labor del Dr. Johan Leuridan Huys hizo posible que importantes iniciativas, investigaciones y trabajos se traduzcan en libros de gastronomía con variados temas y enfoques. Además, impulsó la implementación de Talleres de Gastronomía, el Instituto del Vino y del Pisco, la Escuela de Chefs, y una importante Biblioteca de Gastronomía que tiene como objetivo promover el uso de las fuentes documentales en la investigación gastronómica.

Resultado de estas investigaciones los libros abarcan distintos procesos que ha seguido la gastronomía en el Perú: La cocina de los Incas; La cocina en el Virreinato; La cocina monacal en la Lima Virreinal; La gastronomía de Lima de los siglos XVI – XIX; La gastronomía actual, y la influencia de otras vertientes culinarias como la italiana, francesa, china y japonesa; Tradiciones, Diccionarios de frutas y alimentos, Cultura gastronómica, Bebidas, Recetarios. Cocinas regionales: Lima, Amazonía, regiones del Centro, Sur y Norte del Perú, así como cocinas especializadas de Arequipa, Moquegua, Cusco, Piura, Cajamarca. También libros dedicados a carnes, pescados, mariscos, papas, quinua, ají, maíz, tamales, pachamanca, loche, rocoto, entre otros. Igualmente de dulces, postres, panadería, café, chicha, vino, pisco.

Libros que han recibido importantes premios y distinciones, razón por la cual participaron en la Exhibición de los Mejores Libros de 25 años de Gourmand World Cookbook Awards que se realizó en la Casa Museo Alfred Nobel en Karlskoga, Suecia, del 3 setiembre al 9 de noviembre 2020. Su presidente y fundador, Édouard Cointreau, señaló que representan una "gran selección de la mejor editorial de cultura alimentaria de América Latina, la Universidad de San Martín de Porres en Lima, Perú".

La Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible de la Universidad de San Martín de Porres, concebida para contribuir al estudio del patrimonio cultural, material e inmaterial del Perú, a través de la formación y especialización de profesionales, la investigación, y la difusión, publica este libro, *Gastronomía Peruana. Patrimonio Cultural de la Humanidad*, con el objetivo de contribuir a través de los aportes de profesionales e investigadores al reconocimiento, revalorización y conservación de la gastronomía peruana como Patrimonio Cultural de la Humanidad.



LOS SABERES, TÉCNICAS Y REPRESENTACIONES DE LA COCINA Y GASTRONOMÍA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL: EL CASO DEL PERÚ

Manuel Rodríguez Cuadros
Embajador del Perú ante la UNESCO (2012-2019)

El patrimonio cultural inmaterial: una definición y noción jurídica en el marco de la Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial (2003)

Desde el punto de vista de la antropología y las demás ciencias sociales, existen diversas teorías y posiciones respecto de lo que entendemos por cultura. En la medida en que el carácter dinámico de las expresiones culturales se siga exteriorizando en la conducta individual y social de las comunidades y agregados sociales, este debate continuará. Al ritmo de las propias transformaciones sociales, la evolución del pensamiento humano, los valores y vínculos de interacción entre individuos y grupos. Guillermo Bonfil Batalla recuerda que existe un consenso antropológico en el reconocimiento que todos los pueblos, sociedades y grupos humanos crean y generan cultura: "Todos los individuos, que necesariamente pertenecen a algún sistema social organizado, tienen también cultura, porque la sociedad se la transmite y porque exige a todos el manejo de los elementos culturales indispensables para participar en la vida social (es decir, los valores, los símbolos, las habilidades y todos los demás rasgos que forman la cultura del grupo)" (Bonfil Batalla, 2004, p. 118).

Bonfil en esa perspectiva señala que una definición de cultura apropiada desde el punto de vista operacional es aquella que se entiende por cultura "el conjunto de símbolos, valores, actitudes, habilidades, conocimientos, significados, formas de comunicación y de organización sociales, y bienes materiales que hacen posible la vida de una sociedad determinada y le permiten transformarse y reproducirse como tal, de una generación a las siguientes" (Bonfil Batalla, 2004, p.118).

Una concepción de la cultura, como la que propone Bonfil, está en la base de las definiciones de patrimonio cultural y patrimonio cultural inmaterial que ha desarrollado la UNESCO con la aprobación de las Convenciones de 1992

(patrimonio cultural) y 2003 (patrimonio cultural inmaterial). Las definiciones de la UNESCO están incorporadas y desarrolladas en tratados internacionales; sin embargo, las Convenciones y sus directrices operativas en última instancia establecen nociones jurídicas.

La noción jurídica del patrimonio cultural inmaterial, que es la única que genera los derechos y obligaciones de los Estados para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, está contenida en el artículo 2 de la Convención. Se entiende por patrimonio cultural inmaterial "los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas —junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que le son inherentes— que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural" (Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, UNESCO 2003).

Este patrimonio cultural inmaterial, añade el artículo 2, "que se transmite de generación en generación, es recreado constantemente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad, y contribuyendo así a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana" (Convención, 2003).

La definición diferencia metodológicamente los componentes propiamente inmateriales de las prácticas, representaciones, expresiones, conocimientos y saberes de los elementos físicos que usualmente le están asociados, es decir los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales. Esta distinción no significa que estos últimos puedan ser considerados en sí mismos patrimonio cultural inmaterial. La definición excluye esta posibilidad. Su presencia es solo complementaria y de asociación con los elementos inmateriales. En el caso del arte textil de Taquile, por ejemplo, los productos de las técnicas y saberes del tejido tradicional como los chullos, cinturones, calendarios y mantas en sí mismos no son patrimonio cultural inmaterial, sino los saberes utilizados por sus pobladores desde las antiguas civilizaciones Colla, Inka y Pucara, así como las expresiones culturales, rituales y agrícolas asociadas. Los elementos materiales a través de los cuales se expresa o concreta la cultura inmaterial considerados de manera aislada no pueden ser objeto de inscripción en la lista representativa.

A diferencia del patrimonio material, cultural o natural, el inmaterial no es algo acabado o perfeccionado en el tiempo, cuyos atributos hay que preservar sin alterarlos o modificarlos. Por el contrario, es a la vez tradicional y vivo, es decir actual. No existe en sí mismo, cosificado, sino en la dinámica de las prácticas y las conductas sociales de grupos de seres humanos (comunidades). Se transmite de generación en generación y, lo que es más importante, se modifica y transforma. Evoluciona constantemente. Como parte de las interacciones con su entorno social, natural y su propia evolución en el tiempo. La historicidad es uno de sus componentes esenciales.

Su relación con las comunidades que lo crean y mantienen vivo a través del tiempo no es artificial ni coyuntural, sino de larga data histórica, tradicional y viva, actual. Tiene como mayor signo distintivo el ser un factor de identidad, de pertenencia y continuidad de valores, prácticas sociales, representaciones y conductas que se reputan como distintivas del grupo. Promueve, cohesiona e integra los sentimientos identitarios y de pertenencia en las comunidades, que les permite reconocerse como una realidad social diferenciada, con sentimientos, tradiciones y prácticas sociales comunes y compartidas en el espacio y el tiempo. Por esa vía promueve la diversidad cultural y preserva las capacidades de creatividad colectivas e individuales.

La Convención "no especifica a qué comunidades o grupos de depositarios de la tradición se refiere. El espíritu de la Convención quiere que las comunidades tengan un carácter abierto, sin estar necesariamente vinculadas a un territorio determinado. Las comunidades pueden ser dominantes o no dominantes y un individuo puede pertenecer a diferentes comunidades a un mismo tiempo o cambiar de comunidad. La Convención recalca que el patrimonio cultural inmaterial presente en un territorio debe ser identificado y definido con la participación de las comunidades, grupos y organizaciones no gubernamentales pertinentes" (Convención, 2003).

El grupo o la comunidad no necesariamente se refiere a conglomerados humanos solo locales o regionales. En la letra y el espíritu de la Convención, la comunidad puede ser más vasta y referirse a una comunidad nacional, a un país. O incluso a varios países, territorios o grupos humanos diseminados a nivel transnacional. El canto bizantino, inscrito por Chipre y Grecia, se refiere a las comunidades de creyentes que participan en todas las parroquias griegas o chipriotas, pero también a la diáspora expandida en todo el mundo. La mayoría de las inscripciones en la lista representativa se refiere a grupos o comunidades locales como son los casos de todos los elementos inscritos por el Perú.

Cuando se trata de expresiones culturales que tienen lugar en diversos espacios o contextos nacionales, el Comité del Patrimonio Mundial y las normas contenidas en las directrices operativas para la aplicación de la Convención alientan y promueven las postulaciones binacionales o multinacionales.

A diferencia del patrimonio cultural material para su inscripción en la lista representativa y su consecuente salvaguardia, las expresiones de patrimonio cultural inmaterial no requieren poseer atributos intrínsecos de calidad o valores excepcionales, con relación comparativa a otros elementos similares. Pero no toda práctica cultural puede ser inscrita en la lista.

Se necesita que concurran ciertas condiciones o requisitos. En primer lugar, que el elemento constituya patrimonio cultural inmaterial conforme a la definición contenida en el artículo 2 de la Convención. Esto implica que, sin ser una limitación rígida, pueda ser categorizado como tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural inmaterial; artes del espectáculo; usos sociales, rituales y actos festivos; conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo; y técnicas artesanales tradicionales. En segundo lugar, la expresión o práctica de cultura inmaterial en el sentido de lo prescrito por la Convención no debe tener manifestaciones que puedan ser incompatibles con la protección de los derechos humanos, con el desarrollo sostenible y con el respeto mutuo entre comunidades, grupos e individuos.

La finalidad de la inscripción en la lista no es la de "premiar" la calidad de un elemento —cuestión esencial en los casos de cultura inmaterial, como las expresiones gastronómicas y alimenticias con un fuerte impacto comercial y empresarial—, sino de asegurar su permanencia y contribuir a su transmisión de generación en generación. La Convención define la salvaguardia como "las medidas encaminadas a garantizar la viabilidad del patrimonio cultural inmaterial, comprendidas la identificación, documentación, investigación, preservación, protección, promoción, valorización, transmisión —básicamente a través de la enseñanza formal y no formal— y revitalización de este patrimonio en sus distintos aspectos" (Convención, 2003).

La práctica y el desarrollo normativo a través de la aprobación de las Directrices Operativas para la aplicación de la Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial han precisado el alcance de la interpretación de las normas de

la Convención y establecido de manera taxativa los criterios que las postulaciones deben reunir para su inscripción en la lista representativa (Directrices, 2018, numeral 1.2):

- El elemento es patrimonio cultural inmaterial, en el sentido del artículo 2 de la Convención.
- La inscripción del elemento contribuirá a dar a conocer el patrimonio cultural inmaterial, a lograr que se tome conciencia de su importancia y a propiciar el diálogo, poniendo así de manifiesto la diversidad cultural a escala mundial y dando testimonio de la creatividad humana.
- Se elaboran medidas de salvaguardia que podrían proteger y promover el elemento.
- El elemento se ha propuesto para inscripción tras haber logrado la participación más amplia posible de la comunidad, el grupo o, si procede, los individuos interesados, y con su consentimiento libre, previo e informado.
- El elemento figura en un inventario del patrimonio cultural inmaterial presente.

Lo significativo de esta disposición es que confirma que el mecanismo de salvaguardia es un sistema de normas, cuyas regulaciones han recogido elementos multidisciplinarios de las ciencias sociales, particularmente de la antropología, para tipificar la definición de patrimonio cultural inmaterial, sus elementos constitutivos y procesos de salvaguardia, pero que incorporados a las normas jurídicas adquieren independencia conceptual y práctica. Las nominaciones tienen que, necesariamente y de manera obligatoria, sujetarse a los conceptos, definiciones y directrices definidas en las normas. Esto es particularmente importante para los casos de determinadas expresiones culturales intangibles que, por su estrecha asociación con sus referentes materiales asociados, son complejas en su conceptualización y que la propia Convención no preveía con certidumbre su comprensión dentro de la noción jurídica del patrimonio cultural inmaterial como es el caso de las prácticas alimenticias o culinarias.

Las prácticas y representaciones culinarias, alimentarias y de las cocinas tradicionales como patrimonio cultural inmaterial, en la aplicación de la Convención del 2003

Antes que se negocie y apruebe la Convención del Patrimonio Cultural Inmaterial, la UNESCO desde el 2002, preocupada por el peligro que manifestaciones de cultura oral e intangible desaparecieran con la creciente mundialización,

estableció un mecanismo *ad hoc* de protección. Se creó una lista de obras maestras del patrimonio oral e inmaterial de la humanidad. Las postulaciones se hacían libremente sin mayores requisitos. El concepto de patrimonio oral e inmaterial, aún no desarrollado, se refería básicamente a expresiones como la música, la danza, las tradiciones orales festivas y los elementos tradicionales de lo que se conocía como "folklore". Las candidaturas que presentaban los países se orientaban en esas definiciones y debía demostrarse, a semejanza del patrimonio cultural y natural en el caso de la Convención de 1972, la existencia de un valor o un conjunto de atributos excepcionales que permitan calificar al elemento como "obra maestra". La decisión la adoptaba un jurado *ad hoc*, constituido por personalidades no necesariamente de origen académico.

A la época no existía todavía un acervo de conocimientos y estudios lo suficientemente consolidados sobre la patrimonialización de la cultura inmaterial. En el 2001, en función de la negociación de la Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, la UNESCO promovió un encuentro de expertos para discutir la posibilidad de hacer transitar el concepto de patrimonio cultural, vinculado a los monumentos y sitios hacia los componentes inmateriales de la cultura.

En marzo de ese año se realizó en Turín una mesa redonda internacional de expertos que fue convocada para discutir y establecer una propuesta de definición del concepto "patrimonio cultural inmaterial". Como parte del proceso preparatorio del encuentro, que congregó a destacados antropólogos y juristas especializados en derechos culturales y propiedad intelectual, la UNESCO realizó previamente una serie de consultas con los Estados miembros, sus comisiones nacionales, organizaciones intergubernamentales y no gubernamentales, con la finalidad de recoger a través de encuestas elementos de conceptualización del patrimonio cultural inmaterial y de su regulación, protección y promoción en las legislaciones nacionales.

La Mesa de Turín propuso una definición operacional con miras a su utilización en el proceso negociador de la Convención. La experiencia de la aplicación de la Convención de 1971 sobre la preservación y puesta en valor del patrimonio cultural y natural había creado, tanto en medios académicos como en las poblaciones y los estamentos oficiales, una creciente conciencia para extender el concepto del patrimonio a aquellas expresiones intangibles de la cultura. Que hacen parte de la conciencia individual y social de los pueblos, definen sus prácticas sociales y se

preservan y transmiten de generación en generación, como parte esencial de los referentes identitarios de las comunidades locales.

Los expertos propusieron definir el patrimonio cultural inmaterial como "los procesos asimilados por los pueblos, junto con los conocimientos, las competencias y la creatividad que los nutren y que ellos desarrollan, los productos que crean y los recursos, espacios y demás aspectos del contexto social y natural necesarios para que perduren; además de dar a las comunidades vivas una sensación de continuidad con respecto a las generaciones anteriores, esos procesos son importantes para la identidad cultural y para la salvaguardia de la diversidad cultural y la creatividad de la humanidad" (UNESCO, 2001).

Esta definición no ayudaba mucho a la especificidad de la cultura inmaterial. La referencia sustantiva a los "procesos asimilados por los pueblos" era aún muy vaga e imprecisa. Y evidentemente dentro de su generalidad excluye expresiones de la vida cotidiana como las prácticas alimenticias.

En ese contexto, en 2005, el gobierno de México presentó una candidatura para integrar la lista de obras maestras de la cultura oral e inmaterial que rompía los emergentes consensos básicos. El expediente se denominaba de manera heterodoxa "Pueblo del Maíz. La cocina ancestral de México. Ritos, ceremonias y prácticas culturales de la cocina de los mexicanos". La iniciativa significaba un avance en el debate sobre el concepto mismo de patrimonio cultural inmaterial, que no tenía precedentes importantes aún en el ámbito académico. Las cocinas o prácticas alimentarias eran consideradas como hechos de la vida de individuos y sociedades cuya naturaleza era esencialmente económica, en términos de constituir la satisfacción de una necesidad básica y la utilización de recursos e insumos de la agricultura o de la industria alimenticia. En todo caso, no estaba en los consensos de la época considerar a determinadas prácticas alimentarias una expresión cultural y menos inmaterial. La enorme presencia de la gastronomía como fenómeno social, entendida como el arte del buen comer o de la preparación de alimentos de alta calidad y gusto culinario, generaba aun más reticencias.

El expediente sustentó la candidatura en el valor simbólico y ritual del maíz en la cocina mexicana y sus interrelaciones con la agricultura y la naturaleza. En noviembre del 2005, el jurado *ad hoc* de la UNESCO rechazó la aspiración mexicana. El argumento central fue una insuficiente sustentación sobre la

evidencia del valor simbólico y ritual del maíz en las ancestrales prácticas de la culinaria mexicana.

En los medios periodísticos y en algunos sectores oficiales de las delegaciones ante la UNESCO, se señaló que la no aceptación de la candidatura se debía a diversos factores vinculados a la elaboración del expediente, la utilización del concepto de cocina en lugar del de gastronomía, la ausencia de focalización en un solo elemento y la conceptualización genérica de una práctica culinaria nacional, entre otras razones que se suponía se derivaban de las características del expediente. A ello abonó las declaraciones de la princesa jordana Basma Bint Talal, que declaró que había habido "una falta de focalización en el dossier (expediente)". En realidad, si se contextualiza el momento histórico en que se presentó la candidatura, se constata que el rechazo obedeció más bien a su carácter heterodoxo y precursor respecto del alcance y amplitud de la noción de patrimonio cultural inmaterial.

En ese entonces, las prácticas de la alimentación o la cocina no eran consideradas como expresiones culturales. Las definiciones contenidas en la adoptada pero no en vigor Convención sobre la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial ofrecían evidentes dificultades para aplicarse a estas expresiones. De manera más rigurosa, el Consejo Nacional de las Artes de México atribuyó la no aceptación de la propuesta al hecho de que se trataba de una nominación que "representaba concepciones muy avanzadas que se adelantaban con mucho a la definición estrecha de patrimonio cultural que se impuso en este caso".

La iniciativa de México, independientemente de su no aceptación, incentivó un debate sobre la cultura inmaterial asociada a las cocinas y a las prácticas alimentarias. Fue un hecho precursor tanto en el ámbito académico como en el de las prácticas de la UNESCO y de la Convención. Al no estar incluidas las expresiones de cultura inmaterial y los saberes y técnicas asociadas a la gastronomía y a la cocina de manera expresa en la Convención, era indispensable interpretar de manera extensiva el artículo 2.

En las prácticas sociales y rituales de los pueblos es indudable que existen expresiones inmateriales vinculadas a la alimentación y a la elaboración de los alimentos. Estas, adicionalmente, conllevan complejas y diversas técnicas y saberes que se transmiten de generación en generación y que contribuyen a la identidad cultural de los pueblos. La Convención para inscribir un elemento exige que este se

tipifique dentro de uno de los ámbitos en el que asume que el patrimonio cultural inmaterial se expresa. Esta normatividad jurídica obligaba a fundamentar los elementos vinculados a la cocina, a la gastronomía y a la alimentación a una o varias de las expresiones contenidas en el artículo 2, inciso 2, es decir, excluyendo las artes del espectáculo, las técnicas artesanales tradicionales, las tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural inmaterial, los usos sociales, rituales y actos festivos y los conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo.

La frustrada iniciativa mexicana tuvo la gran virtud de poner en el debate académico y al interior de la UNESCO si las expresiones inmateriales de la cultura asociada a los procesos alimenticios estaban o no comprendidas en las definiciones y mecanismos de salvaguardia establecidos por la Convención. Al no estar incluidas las expresiones de cultura inmaterial y los saberes y técnicas asociadas a la gastronomía y a la cocina de manera expresa en la Convención, era indispensable interpretar de manera extensiva el artículo 2. En esa dirección se dirigieron los esfuerzos mexicanos para volver a presentar su iniciativa, ya en el ámbito jurídico y funcional de la Convención, una vez su entrada en vigor. A la persistencia mexicana se unió el manifiesto interés francés.

En 2008, luego de algunas reuniones de expertos promovidas por el gobierno francés para discutir la inclusión de las prácticas alimentarias en el ámbito de la aplicación de la Convención, confluyeron con México y Francia los intereses de los países mediterráneos para inscribir su estilo o modo de alimentación denominado “dieta mediterránea”, así como los del Perú y Croacia, respecto de sus respectivos patrimonios.

Durante la tercera reunión del Comité del Patrimonio Cultural Inmaterial, realizada en Estambul, en noviembre del 2008, la delegación del Perú propuso la realización de un seminario o reunión de expertos para examinar el tema de las prácticas culinarias en el contexto del patrimonio cultural inmaterial. La iniciativa tuvo respaldo y oposiciones, pero, luego de un sólido apoyo francés que ofreció la sede y la cobertura de los costos financieros de la reunión, se acordó su realización. No fue una reunión de la UNESCO, sino con participación de esta. Se realizó en Vitry entre el 4 y el 5 de abril de 2009 (UNESCO, 2009). En ella los expertos sustentaron la legitimidad y la conveniencia de una interpretación extensiva de las normas de la Convención, especialmente de las secciones 1 y 2 del

artículo 2, que define el alcance del patrimonio cultural inmaterial. Esta reunión tuvo la virtud de abrir las puertas de interpretaciones amplias que engloben a las prácticas culinarias como parte de las expresiones de cultura inmaterial indicadas en la Convención, especialmente su carácter no taxativo, lo que abría las puertas a una interpretación legítima.

Dentro de esa dinámica, en 2010, se presentaron en el Comité del Patrimonio Mundial Inmaterial cuatro nominaciones de expresiones culturales alimentarias. La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva - El paradigma de Michoacán; la comida gastronómica de los franceses; la dieta mediterránea; y, la elaboración del pan de especias en el norte de Croacia. Las cuatro postulaciones fueron inscritas en la lista representativa. Tanto los contenidos de expediente como las argumentaciones del Comité y el órgano subsidiario se ajustaron a las disposiciones de la Convención, aislando en cada nominación los elementos inmateriales, saberes, técnicas, prácticas y representaciones que ameritan la inscripción.

En el caso de México, la decisión de inscripción señala que cocina tradicional mexicana "es un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales" (UNESCO, 2010). La comida tradicional de los franceses no se inscribió por su excelencia culinaria como equivocadamente postulaban algunos sectores en Francia, sino por ser "una práctica social consuetudinaria que tiene por objeto celebrar los acontecimientos más importantes de la vida de personas y grupos, como nacimientos, matrimonios, cumpleaños, éxitos y reencuentros" (UNESCO, 2010). Y la dieta mediterránea se inscribió en consideración a que constituye "un conjunto de conocimientos, competencias prácticas, rituales, tradiciones y símbolos relacionados con los cultivos y cosechas agrícolas, la pesca y la cría de animales, y también con la forma de conservar, transformar, cocinar, compartir y consumir los alimentos. El acto de comer juntos es uno de los fundamentos de la identidad y continuidad culturales de las comunidades de la cuenca del Mediterráneo" (UNESCO, 2010).

Estas nominaciones fueron objeto de intensas y acuciosas consultas para preservar el rigor de la adecuación de las propuestas de nominación a los parámetros de la definición contenida en el artículo 2 de la Convención y a la naturaleza de las medidas de salvaguardia y gestión que se comprometían los Estados a ejecutar. Las

mismas que debían versar sobre los componentes intangibles, como los saberes, prácticas, tradiciones y técnicas, y no a los elementos materiales asociados.

A partir de estos desarrollos, el Comité y el órgano subsidiario, la conferencia de las partes, los Estados, los medios académicos, las comunidades y grupos representativos han ido desarrollando una suerte de teoría de las prácticas culinarias y representaciones asociadas a la alimentación como expresiones del patrimonio cultural inmaterial. Este amplio consenso permitió en 2014 introducir una enmienda sustantiva en el texto de las directrices operativas, que ha permitido introducir por la vía del desarrollo progresivo del derecho internacional referencias explícitas en el sistema de salvaguardia de la UNESCO a las prácticas y representaciones culinarias como expresiones del patrimonio cultural inmaterial.

Desde el año 2016, la versión actualizada de las directrices operativas para la aplicación de la Convención incluyen un nuevo capítulo VI, relativo al desarrollo sostenible y la protección del patrimonio inmaterial. En esta sección se ha añadido un acápite relativo a la seguridad alimentaria, que en realidad establece los primeros lineamientos escritos en el ámbito de la ejecución de la Convención relativos al patrimonio cultural inmaterial de las prácticas alimentarias y de la responsabilidad de los países en su salvaguardia.

Literalmente se establece que "los Estados Partes velarán por que se reconozcan, respeten y potencien los conocimientos y prácticas en materia de agricultura, pesca, caza, pastoreo y recolección, preparación y conservación de alimentos, comprende los ritos y creencias que acompañan estas actividades, ya que no solo contribuyen a la seguridad alimentaria y una nutrición adecuada, sino que además son reconocidos como parte de su patrimonio cultural inmaterial por las comunidades, grupos y, si procede, individuos" (UNESCO, Directrices, 2016).

En este nuevo contexto, en el que el patrimonio cultural inmaterial de las prácticas alimentarias y de las cocinas tradicionales y vivas son ya una categoría consagrada en la interpretación de la Convención y la inscripción en la lista representativa, los países miembros han ido inscribiendo elementos de manera sistemática, y el Comité ha ido acumulando una práctica y desarrollos conceptuales y metodológicos que han permitido superar las zonas grises y las ambigüedades que existían en los primeros años de aplicación de la Convención. En ese proceso hasta el año 2019 se han inscrito 16 elementos.

Saberes, tradiciones, prácticas y técnicas de la preparación de alimentos inscritos en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad (UNESCO, 2020)

Nº	Elemento de cultura inmaterial	País	Año	Reunión (*)
1	La Cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria ancestral y viva - El paradigma de Michoacán.	México	2010	5.COM
2	La comida gastronómica de los franceses	Francia	2010	5.COM
3	La elaboración del pan de especias en el norte de Croacia	Croacia	2010	5.COM
4	Kimjang: modo de preparar y compartir conservas kimchi en la República de Corea	República de Corea	2013	8.COM
5	La cultura y tradición del café a la turca	Turquía	2013	8.COM
6	La dieta mediterránea	Chipre, Croacia, España, Grecia, Italia, Marruecos y Portugal	2013	8.COM
7	Washoku: tradiciones culinarias de los japoneses, en particular para festejar el Año Nuevo	Japón	2013	8.COM
8	El lavash: preparación, significado y aspecto del pan tradicional, como expresión cultural en Armenia	Armenia	2014	9.COM
9	La preparación tradicional del "kimchi" en la Repuública Popular Democrática de Corea	República Popular Democrática de Corea	2015	10.COM
10	El plato tradicional "oshi palav" y sus contextos socioculturales en Tayikistán.	Tayikistán	2016	11.COM
11	La tradición cultural cervecera en Bélgica	Bélgica	2016	11.COM
12	La tradición cultural de fabricar y compartir el pan plano denominado "lavash, katyrma, jupka o yufka"	Azerbaiyán, Irán (República Islámica del), Kazajistán, Kirguistán y Turquía	2016	11.COM
13	La tradición de preparar y compartir la 'doima', signo distintivo de identidad cultural de Azerbaiyán	Azerbaiyán	2017	12.COM
14	El arte de los 'pizzaioli' napolitanos.	Italia	2017	12.COM
15	Nsima, práctica culinaria tradicional de Malawi	Malawi	2017	12.COM
16	Procedimiento tradicional de preparación de "airag" (bebida de leche de yegua fermentada) en un "khokhuur" y costumbres conexas	Mongolia	2019	14.COM

(*) Nomenclatura de las reuniones ordinarias del Cómite del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad (NNUU)

Los saberes, representaciones y técnicas de las cocinas peruanas y su inscripción en la lista del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad

Desde la frustración de la primera aspiración de la cocina mexicana para su inscripción en la lista representativa, en el Perú se desarrollaron corrientes de opinión y sectores de interés en promover la cocina peruana como patrimonio cultural inmaterial de la humanidad. Este interés contó con un respaldo muy amplio de la población que, en el caso del Perú, identifica las prácticas culinarias como factores de identidad cultural, regional, local, étnica e incluso nacional. En un país en el que la construcción de la nación, desde el fenómeno colonial y especialmente en la república, ha encontrado dificultades por el multiculturalismo, la fragmentación social, la extrema desigualdad económica y social –con expresiones territoriales y étnicas y el racismo–, la comida familiar o grupal como hecho social de la vida cotidiana y las cocinas como expresiones culturales, locales, regionales y nacionales han sido y son con mayor fuerza en las últimas décadas un factor de identidad y reconocimiento cultural y nacional.

Esta realidad se ha dinamizado más aun con el denominado boom de la gastronomía peruana, que ha ganado mercados internacionales y producido en la población un orgullo nacional manifiesto.

Como parte de este proceso de empoderamiento de la gastronomía o la comida peruana, empresarios, cocineros de renombre, representantes de organizaciones gremiales, medios de comunicación, sectores vinculados a la universidad y los medios de comunicación impulsaron la nominación de la cocina peruana. El expediente se presentó a la UNESCO en marzo del 2011. Antes de ser considerado y evaluado por el Comité del Patrimonio Mundial Inmaterial, el expediente fue retirado por la Cancillería y el Ministerio de Cultura del Perú, a sugerencia de la secretaría técnica del Comité para evitar su rechazo. Las razones eran sustantivas. La tipificación de la propuesta peruana no se ajustaba a la definición del patrimonio cultural inmaterial, establecida por la Convención, y las medidas de salvaguardia propuestas tampoco estaban alineadas con los componentes, criterios y categorías contenidas en la Convención y en las directrices operativas. En ese contexto, el retiro fue una decisión adecuada. Evitó la no aceptación de la inscripción, que hubiese tenido efectos desalentadores en una población exultante por el *boom* regional y mundial de su gastronomía.

El problema fue de comprensión conceptual de la naturaleza del patrimonio inmaterial. Tampoco se asimilaron las lecciones de la candidatura mexicana del 2005, ni de los cuatro expedientes que el 2010 obtuvieron la inscripción. Se enfocó la postulación desde una perspectiva de calidad de la comida, de sus ingredientes y su extraordinaria biodiversidad, así como de los componentes físicos y materiales de su salvaguardia. Se incurrió en el error del cual salió la candidatura francesa al inicio de su propia nominación, cuando se enfocó como una postulación de la calidad y superioridad del buen comer o de la calidad gustativa de los platos de la gastronomía francesa. El presidente Sarkozy incurrió en este error al inicio del proceso cuando presentó la candidatura fundándola en su calidad y superioridad frente a los productos gastronómicos de otros países. La postulación francesa corrigió estas limitaciones y falencias del enfoque conceptual y jurídico y finalmente obtuvo la inscripción. En el camino, con el aporte de la academia, tuvo que reemplazar la nominación de la "gastronomía francesa" por la de "comida gastronómica de los franceses", esta última asociada a expresiones culturales y alejada de la calidad de la comida francesa.

Raúl Matta ha escrito dos interesantes y valiosos ensayos sobre esta experiencia: "Posibilidades y límites del desarrollo en el patrimonio inmaterial: El caso de la cocina peruana" (Matta, 2012) y El patrimonio culinario peruano ante UNESCO: algunas reflexiones de gastro-política (Matta, 2014). En ellos, analiza desde una perspectiva sociológica el proceso de presentación de la candidatura y de la elaboración y fundamentación del expediente. Una de sus conclusiones relativa a las modalidades usadas para la elaboración del expediente y su marco conceptual es particularmente pertinente. "Se atribuye así a la confluencia del poder político, del poder económico y del poder mediático… no solo un apresuramiento en la formulación de la candidatura UNESCO, sino también un discurso hegemónico alrededor de la historia de la cocina y de las prácticas alimentarias, de la producción agrícola y de la alimentación en el Perú. Se trata de un discurso comercial con un fuerte tono reivindicativo y con proyección internacional, cuyo principal objetivo es posicionar al Perú como una potencia culinaria y gastronómica" (Matta, 2012, p. 15). Estos últimos objetivos son legítimos en una estrategia turística o comercial, pero tienen poco o nada que ver con las prácticas y representaciones de la cocina o la alimentación como patrimonio cultural inmaterial.

El expediente además se elaboró desde arriba, sin recoger los impulsos de las comunidades y grupos sociales que, como se ha indicado, son un componente esencial, son los portadores del patrimonio y, en el procedimiento, los actores principales.

La frustrada candidatura del 2011 ha creado en el Perú un cierto trauma. La posibilidad de repetir el proceso ha inhibido iniciativas legítimas, necesarias e indispensables. Mientras el Washoku japonés, la Nsima de Malawi o el arte de los Pizzaioli napolitanos han sido inscritos en la lista del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad, las expresiones culturales múltiples asociadas a las cocina o prácticas alimentarias del Perú, que tienen orígenes ancestrales y son vivas, cultivadas y trasmitidas generacionalmente desde hace miles o cientos de años por comunidades culturales y étnicas como expresión de una vasta diversidad cultural, aún siguen siendo una interrogante en los escritorios de decisión política.

En 2018 el Ministerio de Cultura anunció que se presentaría la nominación del ceviche para su inscripción en la lista representativa "por su amplio reconocimiento como manifestación de la cocina tradicional, su gran aporte nutricional y por su importancia para el desarrollo de la pesca artesanal y la agricultura familiar"(Excelencias Goumet, 2019), según declaraciones del Ministro de Cultura. Ninguna de esas características o cualidades tiene relación con el patrimonio cultural inmaterial en los términos de las definiciones de la Convención. Nuevamente primó la visión comercial y la percepción de la comida como expresión material. Ni el reconocimiento del plato por la población, ni el desarrollo de la pesca artesanal, ni la agricultura familiar son relevantes ni pertinentes para la tipificación del elemento de cultura inmaterial. El mismo error de la nominación del 2011 es ratificado por uno de los responsables de elaborar el expediente en el Ministerio de Cultura: "Venimos de un proceso de auge gastronómico peruano y una internacionalización que fue producto del trabajo de varios chefs y de PromPerú. Eso puso en evidencia la necesidad de resaltar los valores culturales y sociales de la cocina, ya sean los sistemas productivos, comerciales y rituales que la sustentan" (Jemio, 2019).

Más allá de estas falencias en la comprensión de las prácticas y representaciones culinarias como patrimonio cultural inmaterial, presentar un plato de la comida peruana —ciertamente emblemático— con escasos saberes y técnicas en su preparación y con difíciles asociaciones con las comunidades y grupos sociales como generadores y portadores del elemento, así como con poca visibilidad de sus asociaciones con prácticas y representaciones culturales de larga tradición en los grupos y comunidades portadoras y transmisoras del patrimonio, hacen de esta postulación quizá la menos representativa de la riqueza del patrimonio cultural inmaterial de los procesos de elaboración de alimentos en el Perú.

Las autoridades responsables y los operadores gastronómicos deben tomar conciencia que el concepto de cultura inmaterial excluye la gastronomía o la cocina en términos de sus productos materiales, de sus ingredientes y recursos, ni de su calidad o buen gusto. Para el objeto de la postulación no interesa ni es relevante que los insumos sean endémicos o provengan de una biodiversidad maravillosa. Tampoco de la excelencia o la calidad, del sabor o los sabores de las comidas, sino más bien de los saberes, las técnicas, las representaciones culturales y los elementos festivos y espirituales que expresan prácticas inmateriales de las culturas de los pueblos. El patrimonio cultural inmaterial no pertenece a las élites y menos a los sectores empresariales que, con todo mérito, han llevado a la gastronomía peruana a un nivel de excelencia mundial. Pertenece a los pueblos y desde ellos hay que construir una postulación viable.

La buena comida o la excelencia culinaria en sí mismas no son patrimonio cultural inmaterial. Y no son las que se inscriben en la lista representativa ni son el sujeto de las políticas de preservación y salvaguardia. Aún hoy subsiste en el conocimiento popular la idea de que la lista representativa de la UNESCO es una suerte de concurso o de premiación de las mejores comidas del mundo. Esta percepción empírica, ajena absolutamente al concepto de patrimonio cultural inmaterial, prevalece en algunas administraciones vinculadas a la gestión cultural. Y ha llevado no a pocos equívocos o frustraciones al momento de elaborar o presentar expedientes para su inscripción en la lista representativa.

El diario *Correo* de Lima publicó, en ese sentido, el 15 de febrero del 2019, una noticia que señalaba que “el Ministerio de Cultura se suma a los esfuerzos para seguir afianzando el alto prestigio que la gastronomía peruana ha adquirido en el mundo. A través de dicha cartera, se postulará a un referente de nuestra gastronomía a la UNESCO” y que “el gobierno elegirá un plato o un ingrediente para ser postulado a la UNESCO” (Correo, 2019).

Esta confusión entre los elementos que configuran una expresión de cultura inmaterial con sus dimensiones o productos materiales ha llevado a la UNESCO a desarrollar una serie de variables y criterios metodológicos que permitan a las administraciones nacionales responsables de la salvaguardia diferenciar los ámbitos en los que se expresa la cultura inmaterial de sus manifestaciones o derivados materiales.

En el caso de los saberes, las técnicas y las tradiciones vinculados a la cocina, la gastronomía o la alimentación, se ha tenido que recurrir a una interpretación extensiva de la segunda parte del artículo 2 de la Convención, que define el patrimonio cultural inmaterial. El Perú como otros países debe llevar estas regulaciones al ámbito de la normativa interna.

La ley para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial de España (10/2015), en ese sentido, ha incluido de manera expresa en el listado que hace de las expresiones del patrimonio cultural inmaterial a la gastronomía y la cocina. El artículo 2 de la ley titulado "Concepto de patrimonio cultural inmaterial" define este como "los usos, manifestaciones, expresiones, conocimientos y técnicas que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural". Es una definición básicamente similar a la contenida en la Convención del 2003. Pero al listar los ámbitos en los que se expresa el patrimonio cultural, la ley española trae una innovación al precisar que la gastronomía, las elaboraciones culinarias y la alimentación son elementos del patrimonio cultural inmaterial de la nación española.

En las prácticas sociales y rituales de los pueblos es indudable que existen expresiones inmateriales vinculadas a la alimentación y a la elaboración de los alimentos. Estas, adicionalmente, conllevan complejas y diversas técnicas y saberes que se han transmitido de generación en generación y que contribuyen a la identidad cultural de los pueblos. El Perú es uno de los países del mundo en el que la diversidad y riqueza de ese patrimonio inmaterial asociado a las prácticas alimentarias es más diverso y rico. Una postulación representativa de esa realidad no debería —en el caso peruano— circunscribirse a un plato, al que se asocia además erradamente con la individualización del elemento de cultura inmaterial. No hay sinonimia entre la focalización y tipificación del elemento a inscribir como patrimonio cultural inmaterial de la humanidad y la singularidad de un plato de comida. Esa errónea simplificación va contra la normativa de la Convención y la práctica del Comité. Ya se ha señalado que en el caso de la cocina mexicana, la dieta mediterránea, la comida tradicional francesa, entre otras inscripciones, el elemento de cultura inmaterial comprende una pluralidad y multiplicidad de saberes y técnicas de preparación de los alimentos y en espacios culturales que exceden la comunidad local y regional y que se extienda a un ámbito nacional o inclusive transnacional.

En ese sentido, la más representativa postulación en el caso peruano debiera referirse a las prácticas y representaciones, saberes, rituales y espiritualidad de las cocinas locales y regionales del Perú como expresión de la diversidad cultural.

Una postulación de esta naturaleza no tendría mayor dificultad en focalizar y definir en términos funcionales al artículo 2 de la Convención los componentes de cultura inmaterial y las medidas de salvaguardia que implican la transmisión de saberes y conocimientos a través del respeto a la identidad cultural de las comunidades y pueblos, al sistema educativo que los incorpore en la educación formal e informal y a la promoción de la transmisión intergeneracional de conocimientos. Es necesaria una comprensión amplia de que –a efectos de la salvaguardia de la cultura inmaterial asociada a las prácticas y representaciones culinarias de los peruanos– es más relevante un *Chiri uchu* consumido en la Plaza de Armas del Cusco, durante el Corpus Christi, asociado a ritos y prácticas culturales seculares y vivas, o un *Cutsepe* en la comunidad amazónica de Cocama, antes que un exquisito *Bosque de Loma* en el Central, uno de los mejores restaurantes del mundo.

Bibliografía

BONFIL BATALLA, Guillermo. "Pensar nuestra Cultura". En Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (ed.), *Antología sobre cultura popular e indígena. Lecturas del Seminario Diálogos en la Acción Primera Etapa*. México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, 2004. https://sic.cultura.gob.mx/documentos/853.pdf

CORREO. "Cocina peruana podría ser reconocida como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad". Lima, 15 de febrero del 2019. https://diariocorreo.pe/gastronomia/cocina-peruana-reconocimiento-unesco-870849/?ref=dcr.

EXCELENCIAS GOURMET. "Perú postulará las prácticas y significados del ceviche como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad". 20 de febrero, 2019. https://www.excelenciasgourmet.com/es/noticias-gourmet/peru-postulara-las-practicas-y-significados-del-ceviche-como-patrimonio-cultural.

JEMIO, Dario. "El largo camino del cebiche para ser patrimonio de la humanidad". *Revista Dinners*, 2019. https://revistadiners.pe/2019/11/21/el-largo-camino-del-cebiche-para-ser-patrimonio-de-la-humanidad/

MATTA, Raúl. "El Patrimonio Culinario Peruano Ante UNESCO: Algunas Reflexiones De Gastro-Política". DesiguALdades.net, Berlin, 2012. https://www.desigualdades.net/Resources/Working_Paper/28_WP_Matta_Online.pdf

MATTA, Raúl. "Posibilidades y límites del desarrollo en el patrimonio inmaterial. El caso de la cocina peruana". *Apuntes*, vol. 24, núm. 2, pp. 196-207, 2011.

UNESCO. Rapport final. Table ronde internationale «Patrimoine culturel immatériel – définitions opérationnelles» 14-17 mars, Turin, Italie, 2001. https://ich.unesco.org/doc/src/00077-FR.pdf

UNESCO. Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial, París, 2003.

UNESCO. Directrices operativas para la aplicación de la Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. París, 2016. https://ich.unesco.org/es/directrices.

UNESCO. Directrices operativas para la aplicación de la Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. Versión 2018. París, 2018. https://ich.unesco.org/doc/src/ICH-Operational_Directives-7.GA-PDF-FR.pdf

UNESCO. La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva - El paradigma de Michoacán, 5.COM, 2010. https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-el-paradigma-de-michoacan-00400

UNESCO. La comida gastronómica de los franceses, 4.COM, 2010. https://ich.unesco.org/es/RL/la-comida-gastronomica-de-los-franceses-00437

UNESCO. La dieta mediterránea, 5.COM, 2010. https://ich.unesco.org/es/RL/la-dieta-mediterranea-00884

TRAVAXO

PAPAOCA·TARPVIPACHA



COCINA PERUANA: TRADICIÓN, PATRIMONIO CULTURAL E IDENTIDAD

Adriana Arista Zerga
Universidad de Nottingham, Reino Unido

"Una vez "cocinado", es decir sometido a las reglas convencionales, el alimento es marcado con un sello, etiquetado, reconocido, en una palabra, identificado (…). La cocina permite conciliar la innovación neófita y el conservadurismo o la desconfianza neófobas.
Acomodar, es acomodar la novedad o lo desconocido, literalmente "a la salsa" o "al modo" de la tradición; es introducir al mismo tiempo lo familiar a lo inédito y la variación en la monotonía".
Claude Fischler[1]

A manera de introducción: Cocina peruana para el mundo

En las últimas décadas se ha visibilizado la estrecha relación de la tradición, la identidad y el patrimonio cultural, configurándose en un proceso global vinculado a las nuevas formas de comunicación y de movimiento no solo de productos e información, sino también —y principalmente— de personas y conocimiento.

En este proceso de globalización (concepto muchas veces con significados antagónicos) "las culturas" regionales y nacionales traspasaron las fronteras, para establecerse en espacios físicos diferentes y a la vez indeterminados, que configuran formas variadas de intercomunicación e interrelación. Entonces, el territorio ha dejado de ser el único factor unificador de los espacios nacionales, para tornarse en un concepto más que en una realidad concreta, la migración es un ejemplo de estas nuevas formas de movilidad. Dejar los lugares de origen para trasladase a las grandes capitales dentro de sus propios territorios (traspaso de las fronteras locales), pero también abandonar el país y establecerse en otros lugares (traspaso de fronteras nacionales).

[1] Citado en: Contreras Hernández, Jesús y García Arnaiz, Mabel. *Alimentación y Cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona, 2005, pp. 203.

En este camino por un lado se adecuan a las nuevas costumbres, pero también "impregnan al nuevo lugar características propias que transportaron transculturización. Las procesiones, culinaria, música, valores, las costumbres, la cultura en general ya no pertenecen a UN espacio originario, no sólo han cruzado las fronteras geográficas, sino que también se imbrican con otras costumbres; lo que a la vez configuran situaciones diferentes, que no son parte de un grupo en particular, sino que ahora pertenecen a todos a la vez". A más globalización mayor localización.[2]

Así, dentro de este entramado de movimientos locales/globales la cocina se ha convertido en seña e identidad de un espacio que se desarrolla a nivel local y se expande fuera de las fronteras geográficas de los países, asentándose como identificador cultural, un sistema de técnicas, ingredientes y productos considerados únicos, y vistos por lo tanto como parte de una tradición, de un patrimonio cultural que hay que preservar, los cuales, siguiendo a Simona Stano[3], a la vez definen y redefinen identidades, "así la comida no es solo un instrumento de identidad cultural, sino que también representa un contacto poderoso con diferentes culturas". En esa línea la cocina/gastronomía peruana sería uno de los principales exponentes, no solo a nivel de Latinoamérica, sino también a nivel mundial.

En el presente trabajo busco presentar algunos puntos que es necesario observar para comprender el fenómeno de la cocina/gastronomía peruana como patrimonio cultural; introducir algunas variables que permitan identificar en qué puntos se podría trabajar de una manera más coordinada, que genere finalmente una sinergia más efectiva y eficaz, que abarque a los diferentes ámbitos en los que esta actividad económica-cultural se desenvuelve. La aproximación que se hará al tema propuesto tiene un hilo conductor que es la identidad, la tradición y la idea de patrimonio cultural que se tiene cuando se habla (y se siente) a la cocina peruana, proponiendo una mirada multidisciplinaria y transversal del fenómeno.

Cocina peruana: la identidad en nuestra Lima cosmopolitamente serrana

La experiencia peruana incluye, al parecer, de manera exitosa a toda la cadena productiva que se inicia en los Andes, llegando a la costa y pasando por la Amazonía

---

[2] Para mayor referencia revisar: Arista Zerga, Adriana. "Derechos Culturales, Globalización y Derecho de la Cultura". *Patrimonio Cultural y Derecho*, núm 16, 2012, pp. 223-239, .

[3] Stano, Simona. "Lost in translation: Food, identity and otherness". *Semiotica*, núm. 211, 2016, pp. 81-82, .

lejana a la capital. En esa línea, Lima se ha convertido en la capital gastronómica de América del Sur y referente de las nuevas tendencias en cocina y gastronomía. Esta experiencia se ha ido expandiendo a nivel nacional a través de ferias, mercados y otras acciones a nivel gubernamental y privado.

Como bien señala Fabio Parasecoli "los ingredientes, los platos y las prácticas tienen el potencial de convertirse en marcadores culturales que identifican y congregan a individuos y comunidades quienes con frecuencia muestran un feroz apego a sus tradiciones alimentarias"[4] y eso se puede evidenciar con claridad en la experiencia peruana.

Esa relación de orgullo se ha plasmado en la declaración de algunas técnicas culinarias, platos y bebidas, como Patrimonio Cultural de la Nación lo que se ha visto reforzado con la declaración de la cocina peruana como Patrimonio Cultural de las Américas para el Mundo otorgada por la Organización de Estados Americanos (OEA); además, se ha colocado en el calendario turístico la celebración del día de diversas expresiones gastronómicas.

Esta patrimonialización de la cocina se ha constituido en una forma de retroalimentación con otros sectores públicos, principalmente dentro de las políticas de turismo, pero también ha establecido otras alianzas de trabajo, no tan evidentes, en el sector de exportaciones, en el sector productivo (agricultura, pesca, etc.) y con el sector salud, educación y trabajo.

La cocina peruana es una experiencia que, por un lado, ha generado un movimiento social y cultural de gran importancia en la sociedad peruana y por el otro, es un movimiento que ha generado beneficios económicos en diversos sectores públicos y privados, aunque quizás no de manera equitativa para todos los actores que participan de esta gran cadena.

En las conclusiones del libro "El boom de la gastronomía peruana: su impacto económico y social" se enfatiza por un lado su dimensión cultural y social, pero también se coloca en el imaginario y del discurso oficial la importancia de la mezcla de diversas culturas y el mestizaje del que es fruto la comida peruana, como una exaltación de las culturas foráneas que se asentaron en el territorio peruano, pero

[4] Parasecoli, Fabio. "Food, identity, and cultural reproduction in Immigrant Communities". *Social Research*, vol. 81, núm. 2, 2014 , pp. 415-439.

que aún no incluye de manera más enfática a las culturas locales producto de la migración interna del país.

> "La cocina peruana, considerada como una de las más privilegiadas del mundo, heredó de la historia su ingenio, su mestizaje y su sabor. La fusión de su cocina se debe al intercambio cultural a través del tiempo, donde destacan la inmigración española, africana, china, japonesa e italiana. La variedad de sus platos nació a medida que el mestizaje crecía o mientras los migrantes llegaban al puerto del Callao."[5]

Parasecoli realiza un análisis de las experiencias y memorias de los inmigrantes señalando que se pueden explorar a través de cuatro categorías diferentes pero que se superponen unas a otras: personal, comunal, colectiva e institucional. Esto se podría aplicar a la idea de la cocina de un determinado territorio, tal como el peruano que tiene diversos espacios geográficos y a la vez culturales que se superponen entre lo personal y comunal y que se ha convertido finalmente en colectivo con un apoyo institucional (gubernamental y privado) bastante potente como podremos observar en los puntos que abordaremos en el presente texto.

En el caso de Lima, alberga tres de los mejores restaurantes del mundo: Central (puesto 6), Maido (puesto 10) y Astrid y Gastón (puesto 67); es sede de "Mistura", una de las ferias gastronómicas más importantes del continente y del mundo, por lo cual esta ciudad se ha convertido en los últimos años en referente de la cocina en América del Sur y a nivel mundial. Su ubicación costera la beneficia de la riqueza de los productos marinos del océano Pacífico, pero su interconexión con ciudades de la zona de sierra (de las zonas yunga y quechua), permiten un constante intercambio de productos andinos y por lo tanto también de conocimientos que luego son aplicados en las grandes cocinas de la capital. Pero aún no se ha prestado la atención debida al contexto socio cultural en el cual el fenómeno de la gastronomía-cocina de Lima se inicia y desenvuelve.

Lima es una de las provincias del departamento del mismo nombre, que llega hasta la serranía del Perú, desde tiempos ancestrales existía un intercambio económico cultural de la costa con la sierra, que se reconocía como parte de un solo territorio, pero en la actualidad la capital Lima se olvida de sus pares serranas (Huarochirí, Callahuanca, Yauyos, etc.) u otras pares costeñas (Huacho, Barranca,

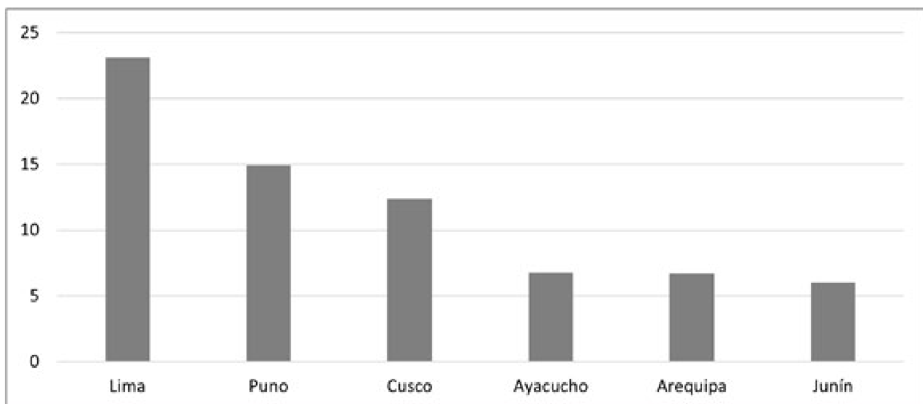
[5] http://www.oficinacomercialperu.es/gastronomia

Cañete, etc.), es decir, se genera una distancia abismal, no solo por la dificultad del transporte entre la Lima costeña y la Lima serrana. A pesar de la dificultad del acceso terrestre los productos llegan a la costa: quesos de Huarochirí, salchichas de Huacho, chirimoyas de Callahuanca, etc. Con esos productos también llegan sus pobladores, los agricultores, los ganaderos que de alguna manera pueden acceder a las ferias que se realizan los fines de semana en la capital.

En esa misma línea, se puede señalar que en el Censo del Instituto Nacional de Estadística del año 2017 se incluyó por primera vez la pregunta de Autoidentificación Étnica, la cual arrojó importantes resultados que de alguna manera demuestran la importancia y lo enraizado de lo "indígena-andino" en el departamento de Lima, que viene a ser el departamento con mayor porcentaje de personas que se autoidentifican como indígena u originaria de los Andes, incluso mayor a departamentos como Puno y Cusco:

> "Una mirada a la distribución territorial de la población que se autoidentificó como indígena u originaria de los Andes, muestra que su presencia es mayor en siete departamentos, con porcentajes que van de 5,0% a 23,1%. Estos son: Lima con 23,1%, Puno con 14,9%, Cusco con 12,4%, Ayacucho con 6,8%, Arequipa con 6,7%, Junín con 6,0%, y Áncash con 5,0%. El restante 25,1% se distribuye en porcentajes menores a los señalados en el resto de los departamentos."[6]

Tabla 1. Población que se autoidentificó como indígena.



Fuente: Censo Instituto Nacional de Estadística 2017. Elaboración propia.

[6] https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1642/

Si bien la problemática sociocultural se plasma en estos reveladores resultados, aún es incipiente la identificación de esta realidad en el imaginario nacional. Se reconoce la riqueza cultural-culinaria, pero no se reconoce el origen, se exalta la fusión, el mestizaje, pero aún no reconocemos que, por ejemplo, que Lima es una ciudad con alta influencia andina. El centralismo del Estado peruano, el conflicto armado interno y la ausencia de oportunidades en el interior del país, facilitó la llegada a la capital de migrantes de diversos puntos del Perú quienes llegaron con sus cocinas, sus productos y costumbres y se asentaron en la costa, en la capital que ahora es reconocida por su riqueza culinaria a nivel mundial.

En el discurso oficial se viene resaltando la influencia indígena en la cocina limeña, como es el caso de la página de Perú Travel[7], destacándose a la vez el rol de los productores, agricultores, pescadores, etc. El discurso elaborado por Gastón Acurio a lo largo de los años, como uno de los principales promotores de la gastronomía peruana, es el que ha calado en el imaginario nacional e internacional, sobre lo que es la cocina peruana, plasmando a los diversos actores que se deben reconocer en el proceso de elaboración de un plato de comida, pero principalmente poniendo en ese discurso a uno de los actores principales y olvidados como son los agricultores o pescadores, que tendría al ser parte activa de esa cadena de valor merecen mejores condiciones de vida, pues sin ellos o existiría la gastronomía peruana[8].

A pesar de la evidencia de los resultados del censo nacional y de la probada dinámica de intercambio económico y cultural, a la luz de lo señalado en los párrafos anteriores, esa influencia indígena o local se considera como un aspecto histórico, como algo del pasado, pero no se le reconoce como parte de un presente latente en cada rincón de la ciudad. Y es la cocina la que juega un rol importante en esa identificación, en esa relación del pasado con el presente, tal como señala Parasecoli:

> "Cada ingrediente, cada plato, cada estructura de la comida y todos los elementos que forman una cultura culinaria están conectados. Ellos están influenciados no solo por el pasado, frecuentemente interpretado y practicado como una tradición, sino también por nuevos acontecimientos resultado tanto de dinámicas internas, como de la incorporación de elementos externos. Como resultado, los significados atribuidos a la comida no están nunca completamente definidos y son siempre de manera ininterrumpida negociados y transformados a través de prácticas, discursos

---

[7] https://www.peru.travel/es-pe/gastronomia/cocina-peruana/cocina-de-lima.html

[8] *El boom de la gastronomía peruana: su impacto económico y social*. https://gastronomiaycia.republica.com/wp-content/uploads/2013/09/boom_gastronomia_peruana.pdf

y representaciones. Sin embargo a pesar de los cambios constantes la cultura de la comida presenta una coherencia interna que provee parámetros para definir qué comportamientos y objetos son aceptados o no aceptados y que pueden ser interpretados como una forma de competencia culinaria”[9].

Este es un importante aspecto de cómo nos relacionamos los peruanos con nuestra gastronomía-cocina, nuestro “mestizaje” es una fortaleza, pero ¿cuál mestizaje? En otros aspectos sociales, nuestra diversidad cultural-social es vista como una traba, como un impedimento para el desarrollo, el conflicto entre minería-agricultura es un claro ejemplo de lo que señalo. Considero que este es un punto que debe ser observado con detenimiento, puesto que identificar de una manera más activa la realidad de Lima podría ayudar a comprender la problemática social y económica del resto del país, y ser un mecanismo de ayuda para una mejor relación entre los ciudadanos.

Paradójicamente el “mestizaje”, la “diversidad” palabras que traen problemas en otros campos de la sociedad peruana, son los baluartes de la cocina peruana, se apelan a ellos para señalar nuestra riqueza y el orgullo de ser una mezcla de diversas culturas que se encuentran, de manera feliz al parecer, en los fogones, ollas y platos de comida. Pero es solo el mestizaje de culturas foráneas con nuestra cultura “peruana” el que reconocemos en el imaginario social, dejando de lado el mestizaje y diversidad cultural local, esa dinamicidad que pervive desde tiempos ancestrales y que es la que considero una de las grandes fortalezas de la cocina peruana.

Quizás el análisis de nuestra dinámica local se pueda enriquecer con las experiencias a nivel global, es decir aquellos movimientos actuales que buscan diferenciarse de las grandes cocinas globales, o de lo que Di Giovine y Brulotte denominan “macdonalización”, esa búsqueda de esencialismo y pertenencia a un determinado espacio local[10], ha generado los movimientos como kilómetro 0, *slow food*, consumo de productos locales, consumo de productos de estación, etc.

Una de las experiencias culinarias más importantes de los últimos años es la de la cocina nórdica, quiénes de alguna manera están a la vanguardia de estos nuevos

[9] Ob. Cit., Parasecoli, Fabio, 2014, p. 416.

[10] Denominado Terroir cuya traducción literal sería “terruño” pero se le considera como “territorio cultural”. Di Giovine, Michael and Brulotte, Ronda. “Food and Foodways as cultural heritage”. *Edible Identities: Food as cultural heritage*. London, 2014, p. 8.

movimientos, buscando proteger su identidad y su territorio cultural a través de sus productos y sus creaciones culinarias. Tienen todo un engranaje de desarrollo a nivel de los diversos estamentos estatales, creándose por lo tanto una política de desarrollo económico que entrecruza todas las áreas vinculadas a la cocina y la gastronomía como forma de desarrollo a nivel de la región.

Mark Emil Hermansen, en el artículo "Creating Terroir: An Anthropological Perspective on New Nordic Cuisine as an Expression of Nordic Identity"[11], explora la cocina nórdica como un punto de partida para analizar los flujos contemporáneos de sentimientos de identidad en la región nórdica en el siglo XXI. Se basa en el término francés "terroir" que podría ser traducido como territorio cultural, que, al ser recreado en la manera nórdica, permite a sus "nativos" ingerir ese paisaje (cultural) y consumir una versión material de la identidad local y regional. En este texto el autor busca demostrar que la identidad es un concepto que en muchos sentidos es inarticulado, pero puede ser ingerido como "naturaleza" a través de la cocina localizada, convirtiéndose, en palabras de Appadurai, "un hecho social altamente condensado" y estableciendo "lo nórdico", como un marcador de identidad de grupo en la región escandinava.

Un acercamiento a esta tendencia la podemos encontrar por ejemplo en el trabajo que viene realizando Virgilio Martínez, chef del restaurante Central, a través de lo que denomina Mater Iniciativa (MaterIn), con la que busca revalorar recursos naturales, además de un trabajo con las comunidades, con la finalidad de rescatar tradiciones, mejorar fuentes de ingreso, promover investigaciones científicas, etc. "Mater traza la intersección entre la rigurosidad de la investigación científica y la belleza de la gastronomía"[12]. Y el proyecto "Back to the Roots"–Cocina PAR, en una línea de acercamiento al mundo rural y su conexión con los mercados a través de la gastronomía, el cual no solo trabaja en Perú, sino también en Chile y Bolivia[13].

Igualmente, a nivel gubernamental se va notando el acercamiento a las tendencias mundiales de la sostenibilidad, la salud y el bienestar, tanto en el sector cocina como en el sector exportación con las campañas "Come peruano, come rico, come

[11] Hermansen, Mark Emil. "Creating Terroir: An Anthropological Perspective on New Nordic Cuisine as an Expression of Nordic Identity". *Anthropology of food*, núm. 7: Nordic Food Culture, 2012

[12] http://materiniciativa.com/index.html

[13] https://www.cocinapar.org/cocinapar/site/about

sano"[14] y "Superfoods"[15], que tienen como baluarte muchas de las características que se están desarrollando desde hace algunos años en los países nórdicos y que al parecer son la nueva tendencia en la cocina y la gastronomía internacional.

Todo lo señalado en el presente acápite se condensa en las características que Freeman[16] considera que deben ser exigidas para que exista una cocina, la cuales aplico a la experiencia peruana:

- **Un paisaje determinado.** Es decir la disponibilidad de unos determinados artículos alimentarios que constituirían la base de la dieta: productos ancestrales como la papa, los diversos tipos de ají, diversidad de limones, el maíz, son la base de la cocina peruana. La utilización de la pesca y técnicas de mantenimiento del pescado para su llegada a la zona andina.
- **Tecnología, sistema social y económico.** Adaptación de los pisos ecológicos, sistemas de comercialización de diversos productos locales a escalas más amplias, que hacen que ese costo se incremente y haga imposible la continuidad de su uso en la cocina de los productores locales, como puede ser el caso de la quinua. Confluencia de diversas cocinas tanto locales, regionales como internacionales, mestizaje cultural. Movimientos mundiales.
- **La ideología o el conjunto de creencias ligadas a la alimentación y a su lugar específico dentro de la sociedad.** Relación del mundo andino con la tierra y el alimento, considerado un regalo de los dioses y la necesidad de cumplir ciertas reglas para el éxito de la siembra y la cosecha, diversas creencias que se relacionan con los elementos de la naturaleza como el mar, los ríos, etc. De igual forma la relación también negativa con ciertos tipos de comidas, como en el caso de la época colonial y la comida de los esclavos (de origen africano) perdura de alguna manera hasta bien entrada la república, de la misma forma que la forma y modos de comer de las migraciones andinas/selváticas eran rechazadas hasta hace muy poco en las grandes ciudades.
- **La adecuación y la adaptabilidad para perdurar.** La inmensa y problemática geografía del territorio peruano (las ocho regiones naturales del Perú de Javier Pulgar Vidal) requirió un proceso de adaptación desde las épocas preincas, el cual tiene su fundamento en el manejo de suelos estudiado por John Murra, quien señalaba que el control vertical de un máximo de pisos

[14] Campaña promovida por APEGA, con el apoyo del Ministerio de Salud.

[15] PROMPERU https://peru.info/es-pe/superfoods

[16] Condiciones ecológicas, demográficas, tecnológicas, sociales, políticas, económicas e ideológicas. Ob. Cit., Contreras Hernández, Jesús y García Arnaiz, Mabel García Arnaiz. *Alimentación y Cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona, 2005, p. 207, .

ecológicos era una característica primordial de las comunidades andinas. Esta adaptabilidad geográfica, fortalece una adaptabilidad cultural, gracias a la entrada del mercado y las vías de acceso que permiten el transporte más rápido y constante de alimentos entre las tres regiones primordiales de nuestro país: costa, sierra y selva. La cocina y la gastronomía pueden contribuir a la perduración-recuperación-redescubrimiento de los diversos alimentos, técnicas de producción y preparación.

Una mirada transversal a todo este proceso se hace necesaria para comprender la estrecha relación de las técnicas culinarias, cocina, gastronomía y productos con el patrimonio cultural y el turismo, como se desarrollará a continuación.

Cocina peruana: patrimonio cultural, identidad y turismo

En diversos trabajos que he publicado[17], señalo que el término patrimonio cultural, tanto material como inmaterial, significa la evidencia de una cultura en tanto se trata de un elemento aglutinador con diferentes presupuestos: fortalecedor o reconstructor de una identidad dada, símbolo de una historia determinada, recurso que puede ser explotado, componente que obstaculiza o facilita el desarrollo o modernización de las ciudades, elemento que debe ser protegido dentro de un marco legal específico o palanca para el ejercicio de poder.[18]

Así, del binomio identidad cultural-patrimonio cultural, es decir, una especie de orgullo e identificación con un determinado elemento cultural, en este caso la cocina/gastronomía peruana, se desprenden dos aspectos. Por un lado, puede que retroalimente o se retroalimente de las declaratorias de patrimonio cultural de diversos elementos vinculados a la cocina. Y, por otro lado, esa riqueza que identificamos como "nuestra" merece (debe) ser compartida y vivida, esencialmente a través de la promoción del turismo.

El patrimonio cultural ha roto algunos paradigmas, principalmente aquel que lo consideraba como algo estático y unilineal, que se centraba en bienes inmuebles de

---

[17] Para el presente acápite me referiré principalmente al texto de mi autoría: "La cocina, patrimonio cultural del Perú". En *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. Ricardo Ávila, Marcelo Álvarez y Xavier Medina, Coordinadores. Colección Estudios del Hombre. Serie Antropología de la Alimentación. Universidad de Guadalajara, México-2015.

[18] Arista Zerga, Adriana. «Del Pacífico al Mediterráneo: coincidencias y diferencias —desde la antropología— en la concepción del patrimonio cultural». *Revista Cuadernos de Campo*, núm. 21, 2012, p. 21.

carácter arqueológico o monumental, pero también en bienes muebles expuestos en los museos. Esa visión estática se ha visto confrontada con la dinamicidad de los bienes culturales y la irrupción de aquellos de carácter inmaterial como tradiciones, saberes, bailes, fiestas, etc. Así, "al concebir al patrimonio cultural como una nueva construcción social del presente, se debe observar cómo se da la continuidad social y cultural en el sitio que lo alberga, identificando la problemática presente"[19], tal como he señalado en el acápite referido a Lima y su identificación cultural local y global.

A la vez, es importante destacar que se debe observar de una manera más amplia la dinámica social en la que se desarrollan los fenómenos culturales, como el caso de la gastronomía/cocina peruana, que incluya por ejemplo al turismo, al desarrollo urbano, la mercantilización, que como señala García Canclini son percibidos como "agresiones al patrimonio cultural", pero podríamos repensar el patrimonio y de esta forma deshacernos de la red conceptual: patrimonio-identidad-tradición-monumentalidad versus turismo y desarrollo.

Considero que el tratamiento del tema de la gastronomía/cocina en el Perú, es un claro ejemplo de cómo esa red conceptual de antagonismo entre una actividad u otra ha dado paso, sin querer quizás, a un proceso de retroalimentación que no estamos observando en su totalidad y cuyo análisis, tanto en los conflictos y fracturas que se dan dentro de la protección del patrimonio cultural, como también en la relación del mismo con la población, puede servir como fundamento para otro tipo de elementos culturales y su relación con el turismo y el fortalecimiento de la ciudadanía cultural. Puesto que, como señala García Canclini[20], hay una diversa capacidad para relacionarse y apropiarse del patrimonio, la cual está determinada por la desigual participación de los grupos sociales en su formación y en su apropiación, esto hace también que se le estudie como espacio de lucha material y simbólica. En el caso de la cocina peruana, ésta ha calado en el imaginario público como un elemento de orgullo y a la vez un espacio de desarrollo económico cultural.

Se podría señalar, por lo tanto, que en la gastronomía/cocina esa apropiación da origen a una identificación. En ese sentido, Jesús Contreras señala que "la identificación de los alimentos fundamenta la identidad de los individuos", identidades relacionadas,

[19] Ob. Cit., Arista Zerga, Adriana. "La cocina, patrimonio cultural del Perú". En *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. México, 2015, p. 90.

[20] García Canclini, Néstor. "Los usos sociales del Patrimonio Cultural". *Cuadernos Patrimonio Etnológico. Nuevas perspectivas de estudio*. Instituto Andaluz de Patrimonio Histórico, 1999 , pp. 15-33.

además de los ingredientes a procedimientos culinarios, usos, prácticas y también valores sociales y morales, etc., es decir a una visión amplia de la cocina, que finalmente llegan a tener una dimensión étnica, nacional y/o regional[21].

Esa identidad o identificación suele ir, algunas veces, de manera paralela y otras de manera totalmente independiente de los procesos de declaración oficial de ciertos bienes culturales como parte del patrimonio cultural "oficial" de los países, en esta variabilidad radica una de las riquezas del patrimonio cultural y su relación con la población, ciudadanía o comunidades y es este proceso de identificación y apropiación el que debe ser observado.

Enfocándonos en el tema del patrimonio cultural, la normativa internacional de protección también ha sufrido una constante transformación que no hace más que corroborar el aspecto cambiante y dinámico del mismo. Es la UNESCO el organismo internacional que da la pauta para la protección de los bienes culturales, las Convenciones de La Haya de 1954, Paris 1970 y Paris 1972, acompañadas de otras convenciones, declaraciones y cartas vinculadas al tema material e inmaterial de alguna manera, fueron de vital importancia para reconocer la urgente necesidad de la elaboración de un documento legal que salvaguardara el patrimonio cultural inmaterial.

Este fue un proceso iniciado por la UNESCO y otras instituciones, que empieza desde la década de los ochenta hasta el año 2003 en el que se aprueba la Convención del Patrimonio Inmaterial. Este proceso incluyó, por ejemplo, la "Recomendación sobre la Salvaguarda de la Cultura Tradicional y Popular" de 1989 y otra serie de reuniones de expertos como la Conferencia Internacional de Washington, organizada por UNESCO y el Smithsonian Institute. Además, fue decisiva la implementación de dos programas de la UNESCO Tesoros Humanos Vivos (1993), y la Proclamación de Obras Maestras del Patrimonio Oral e Inmaterial de la Humanidad (1998), finalmente en el año 2003 el proyecto fue presentado en la 32ª Reunión de la Conferencia General de la UNESCO, así la Convención fue aprobada por una gran mayoría de países, siendo uno de los grandes avances el reconocer la "evidente interrelación entre patrimonio material e inmaterial[22].

---

[21] Ob. Cit., Contreras, Jesús y García Arnaiz, Mabel. *Alimentación y Cultura. Perspectivas Antropológicas*. Barcelona, 2005, p. 203.

[22] Ob. Cit., Arista Zerga, Adriana. "La cocina, patrimonio cultural del Perú". En *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. México, 2015, p. 193.

Algunos expertos, como Richard Kurin, señalan la problemática que se puede originar por la amplitud del término "patrimonio inmaterial" ya que, al ser un elemento compartido dentro de una comunidad, hay una identificación simbólica y se transmite de generación en generación, existen algunas manifestaciones culturales como, por ejemplo, la música rap, el conocimiento arquitectónico posmoderno o los bares de karaoke que, finalmente, también son símbolos de comunidades culturales —no étnicos, ni regionales—, y transmiten, por tanto, sus propias tradiciones, aunque no genealógicamente, lo cual complejiza la protección del patrimonio inmaterial.

Hay una relación indiscutible entre el patrimonio material y el patrimonio inmaterial, observarlos de manera separada es no comprender las interacciones que hay de los diversos procesos que dentro de ellos se generan. Observar por ejemplo un bien arqueológico sin tener en cuenta a la comunidad o a la iglesia de la época colonial, nos dará una visión sesgada de los procesos de identificación y apropiación. En esa línea es interesante lo que mencionan Di Giovine y Brulotte en la introducción al libro *Edible Identities: Food as Cultural Heritage* cuando se refieren a la Lista del Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, a la que consideran como parte importante de la evolución y sobrevivencia de la Lista de Patrimonio Mundial, ya que ambas están vinculadas "vinculadas histórica, conceptual y hasta cierto punto incluso de manera procesal", y ambas son parte importante para la concepción de patrimonio de una manera más holística.[23]

Y es precisamente la cocina/gastronomía/alimentación un claro ejemplo de esta complejidad, puesto que ante la presentación de prácticas alimentarias a la Lista de Patrimonio Inmaterial de la Humanidad de la UNESCO estas fueron denegadas debido a que no se contaban con lineamientos claros para su incorporación. En el año 2009, diversos expertos se reunieron en Francia para debatir esta problemática, considerando que a pesar que las prácticas alimentarias no están explícitamente detalladas en la Convención, si pueden ser consideradas dentro del artículo 2º, puesto que no son solo respuesta a una necesidad biológica, sino que también son experiencias culturalmente elaboradas, forjando sentimientos de identidad, continuidad, formando parte además de sistemas sociales articulados y significaciones colectivamente compartidas lo que las relaciona con rituales, fiestas, tradiciones orales, etc. entre otros aspectos.

[23] Ob. Cit., Di Giovine y Brulotte. Food and Foodways as cultural heritage". En *Edible Identities: Food as cultural heritage*. London, 2014, p.3.


OCTUBRE KILLA
ADAPS
ARTES DE SARHUA, PERU 2020
"Valichá" VALERIANA BERTA EVANÁN



◀ Actividades del mes de octubre.
Autores: Amauta Primitivo Evanán Poma, "Valicha" Valeriana Berta Evanán Vivanco.
Derecho Patrimonial de la Asociación de Artistas Populares de Sarhua.

Todo ello facilitó que en 2010 la UNESCO declare Patrimonio Cultural Inmaterial a la dieta mediterránea —propuesta presentada conjuntamente por España, Grecia, Italia y Marruecos—, la gastronomía de los franceses y la cocina tradicional mexicana. Estas declaraciones pueden considerarse como un reto, puesto, como señalaba en un trabajo anterior:

> "Si se analizan esas propuestas presentadas por los expertos, las prácticas alimentarias sí encajan en los parámetros establecidos por la convención del 2003. Sin embargo, se corre el riesgo de que, eventualmente, sea posible declarar como bien inmaterial toda práctica alimentaria, puesto que todas poseen, de una u otra manera, sus características peculiares, esto puede convertirse en un reto más para la salvaguardia efectiva del patrimonio cultural inmaterial en general."[24]

El Perú no ha sido ajeno a las nuevas tendencias en la conceptualización y tratamiento del patrimonio cultural (que también influenciaron a nuevas legislaciones internacionales) y tampoco ha sido ajeno a la declaración de prácticas alimentarias como patrimonio cultural de la Nación. El Perú también ha ratificado las Convenciones de la UNESCO en materia de patrimonio cultural, por lo que a pesar de que la anterior Ley general de Patrimonio Cultural de la Nación (Nº24047) no daba un marco amplio de protección del patrimonio inmaterial, es bajo la actual normativa (Ley Nº28296 y su Reglamento) que se dan las declaraciones desde el año 1988 (actualmente a cargo de la Dirección de Patrimonio Cultural Inmaterial), las que incluyen diversos elementos de la cocina, gastronomía y saberes[25].

Para comprender mejor la relación entre cocina y patrimonio cultural, considero importante analizar lo que denomino influencias e hitos de esta relación, es decir momentos clave o fundantes que con el devenir de los años podemos reconocer:

a) La declaración como patrimonio cultural de la "Cocina Peruana" 2007

A través de la Resolución Directoral 1362 del año 2007 del Instituto Nacional de Cultura, que en ese momento era el ente rector del sector cultural, se declara como patrimonio inmaterial a la "Cocina Peruana". En los considerandos de dicha declaración[26], se pueden reconocer muchos de los términos que hasta hoy se incorporan dentro del discurso y la narrativa sobre la cocina y la gastronomía

[24] Ob. Cit., Arista Zerga, Adriana. Cocina patrimonio cultural del Perú. México, 2015, p. 196.

[25] http://administrativos.cultura.gob.pe/intranet/dpcn/consulta.jsp

[26] http://administrativos.cultura.gob.pe/intranet/dpcn/anexos/34_1.pdf?5634119

peruana, como la ancestralidad y el valor cultural y simbólico que la producción de alimentos tenía para las culturas originarias, la importancia de las técnicas de producción, domesticación y la gran riqueza y variedad de productos reconocidos como la papa, el maíz, la kiwicha, etc. En este momento el tema de la gastronomía y la cocina aún no se posicionaban de manera tan mediática, quizás los intentos de otros países por patentar ciertos productos ancestrales como la maca y la kiwicha y el conflicto de la denominación de origen del pisco (entre Perú y Chile) y la puesta en marcha de una política turística, fueron el marco de la declaración de la cocina peruana como patrimonio inmaterial.

b) Elaboración del expediente para la candidatura ante la UNESCO: "Cocina e identidad: la culinaria peruana como patrimonio cultural inmaterial"

La declaración en el 2007 fue el primer paso en la intención de Perú para la presentación del expediente ante la UNESCO, con la finalidad que la Cocina Peruana (en su totalidad) sea incorporada en la en la lista del patrimonio inmaterial. En el 2008 se encarga a la antropóloga Gisela Cánepa la investigación y el expediente para la candidatura para la UNESCO el cual se terminó en el año 2009. Sin embargo, dicho expediente no se presentó debido a las observaciones realizadas por los diplomáticos peruanos, principalmente porque consideraban que era demasiado culturalista y antropológico, además debido a la falta de delimitación del objeto patrimonial, puesto que la cocina peruana era un objeto muy vasto[27].

En relación al estudio realizado por Cánepa el Ministerio de Cultura publicó en el año 2011 el libro "Cocina e identidad: la culinaria peruana como patrimonio cultural inmaterial"[28] (según la autora, una aproximación histórico-antropológica de la cocina en tanto patrimonio cultural inmaterial), donde ya se menciona la importancia que la cocina y la gastronomía peruana había alcanzado a nivel nacional e internacional, resaltando además la importancia del Qhapaq Ñan o Gran Camino Inca en esas primeras bases de la cocina y el intercambio de productos ancestrales producidos en los diversos pisos ecológicos, saberes, técnicas pero que también significo un movimiento e intercambio constante de las poblaciones[29], todas estas características perviven hasta la actualidad.

[27] Matta, Raúl. "Food incursions into global heritage: Peruvian cuisine's slippery road to UNESCO". *Social Anthropology*, vol. 24, núm. 3, 2016, pp. 338–352.

[28] http://mapavisual.cultura.pe/archivos/doc/ba_560975f58c2e4.pdf

[29] Cánepa Kosch, Gisela et al. *Cocina e identidad: la culinaria peruana como patrimonio cultural inmaterial*. Ministerio de Cultural del Perú. Lima, 2011.

Esto es importante de resaltar puesto que el Qhapaq Ñan o Sistema Vial Andino fue inscrito en la Lista de Patrimonio Mundial de la UNESCO, en la categoría de Itinerario Cultural, el 21 de junio de 2014, esta red de caminos de más de 60 000 kilómetros de extensión abarca los territorios de Argentina, Bolivia, Chile, Colombia, Ecuador y Perú, países que trabajaron en conjunto para presentar una sola postulación de un sitio cultural, marcando un hito en la historia del organismo mundial en sus 40 años de existencia. Y justamente las características resaltadas en el párrafo anterior, fueron de marcada importancia en esta inscripción.

Volviendo a la candidatura de la cocina peruana, en la presentación del libro Susana Baca, entonces Ministra de Cultura, señalaba lo que quizás sean las líneas sobre las cuáles se ha ido creando y recreando el discurso (desde el ámbito político y social) de la cocina y la gastronomía peruana, donde se pone en evidencia la influencia que ha tenido la culinaria en la afirmación de la identidad regional y nacional, y su potencialidad de constituirse como espacio de creación y acción cultural[30], características que se han ido fortaleciendo y recreando con el tiempo, pero que han dado paso otro tipo de estrategias dentro del mismo patrimonio cultural como desde otros ámbitos gubernamentales y privados.

Así, la cocina peruana es considerada como un referente de identidad que a la vez celebra la diversidad que tiene el Perú y que se busca expandir en todos los niveles sociales. Todo el engranaje puesto en marcha para la promoción de la cocina y la gastronomía peruana ya sea desde la academia (con el aumento del interés en investigaciones, seminarios, conferencias, publicaciones) hasta las campañas publicitarias (promovidas principalmente desde el estado), no ponen el énfasis únicamente en la forma de preparación o recetas, sino que apelan principalmente a la "simbología y su significado para la identidad colectiva".

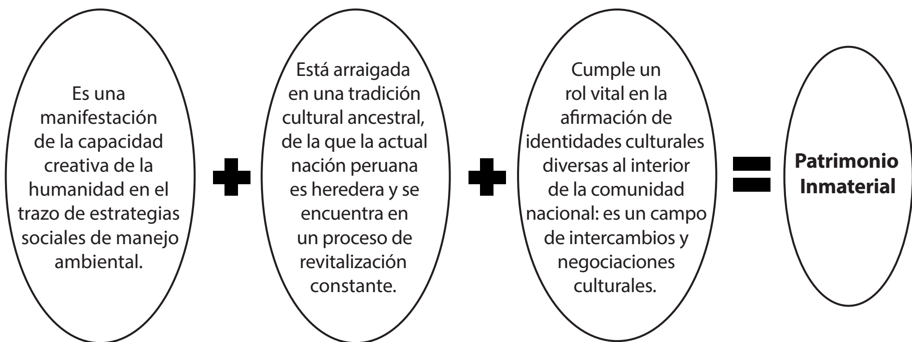
Un punto interesante en este libro es el reconocimiento que lo que sucede en el Perú, es parte de un proceso global que incluye estrategias locales para reafirmación de identidades y particularismos regionales, tal como señalábamos al inicio del presente texto. En esa misma línea, señalan que estas tendencias globales, también han generado la consolidación de identidades locales, regionales y nacionales y que la cocina se constituye como uno de los ejes más importantes de este proceso[31].

[30] Ob. Cit., Cánepa et al., p. 10.

[31] Ibídem. p. 142.

Considero que aún queda mucho trabajo a nivel del interior del Perú, no se percibe aún un diálogo entre cocinas y entre esos particularismos, a pesar por ejemplo de las diversas publicaciones vinculadas a las cocinas regionales, impulsadas por la Universidad de San Martín de Porres, y de las ferias itinerantes como "Perú Mucho Gusto", que podrían verso como un primer paso de descentralización de la cocina y del discurso desarrollado en torno a ella. Es quizás la relación con los productores, campesinos, ganaderos, etc. la que generará una dinámica distinta, en tanto el mercado aún es injusto con los precios que se pagan a los campesinos por sus productos, las técnicas de cultivo que se promueven en ciertas zonas (ya sea por programas estatales o de organismos no gubernamentales) tienen, en muchos casos, vida efímera no hay un seguimiento de su aplicación o sus técnicas distan mucho de la realidad de la zona.

En el último capítulo del libro se dan las razones por las que la cocina peruana debe considerarse como una expresión del patrimonio cultural inmaterial[32]:



c) La producción académica de la Universidad de San Martín de Porres

Es gracias a la iniciativa liderada por Johan Leuridan Huys[33], decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología, que se cuenta con uno de los acervos bibliográficos más importantes de la gastronomía y la cocina peruana, donde también se incluyen estudios y trabajos sobre las diversas regiones del Perú. Estas publicaciones, se han constituido como parte importante del movimiento vinculado a la cocina y la gastronomía en nuestro país, siendo muchas de ellas el

[32] Ibídem, pp. 167-173.

[33] Labor que ha sido reconocida por el Ministerio de Cultura en el 2018, cuando se le otorgó la distinción de "Personalidad Meritoria de la Cultura" debido a su trabajo de investigación y difusión de la cocina peruana.

insumo académico utilizado para la elaboración del primer expediente en busca de la inscripción de la Cocina Peruana en la lista de la UNESCO y la posterior publicación de la que hemos hablado en el punto anterior. Estas publicaciones han recibido reconocimientos mundiales, como por ejemplo en el año 2015 Johan Leuridan fue elegido como el Mejor Editor de Libros de Gastronomía en el certamen especial “Best of the Best” organizado por el XX aniversario de Gourmand World Cookbook Awards (1995-2015) en la Feria Internacional del Libro de Frankfurt, Alemania, es decir premiada como la editorial de libros de gastronomía más importante del mundo en los últimos veinte años. En el mismo certamen también fueron premiados los libros editados por la USMP: *La flor morada de los Andes*, de la investigadora peruana Sara Beatriz Guardia (Mejor Libro del Mundo 1995-2015 en la categoría “Single subject”) y *El Gran libro del postre peruano*, de la chef peruana Sandra Plevisani (Segundo lugar Mejor Libro de Recetas 1995-2015, en la categoría Latin America)[34].

d) La Asociación Peruana de Gastronomía (APEGA)[35]

Se creó en el 2007 con la finalidad de articular esfuerzos de diversos actores como cocineros, gastrónomos, nutricionistas, restaurantes, investigadores, cronistas gastronómicos, etc. y es una de las experiencias privadas más importante en el tema gastronómico y culinario en el Perú, que cobró gran protagonismo en las diversas iniciativas a nivel público, pero también es responsable de la Feria Mistura, la que se ha posicionado a nivel nacional e internacional como una de las ferias y espacios más influyentes dentro del sector gastronómico, pero también el sector de exportaciones y turismo. Fue impulsada por un de personajes como Mariano Valderrama y un grupo de chefs, con Gastón Acurio a la cabeza, quién fue el primer presidente de la asociación.

Esta asociación tuvo influencia en la nueva candidatura de la cocina peruana retomada en 2010, que deja de lado de alguna manera lo antropológico y la búsqueda de preservación y protección que incorporaba con fuerza el estudio/

[34] http://libros.fcctp.usmp.edu.pe/libros-de-gastronomia-de-la-usmp-clasifican-a-certamen-internacional-para-ser-elegidos-como-los-mejores-del-mundo/

[35] Al momento de elaboración del presente artículo, años 2018-2019, la Asociación Peruana de Gastronomía (APEGA), aún tenía actividad tanto a nivel mediático, como en sus redes sociales y su página web. Si bien la última edición de la feria Mistura fue en el año 2017, se consideró al año 2018 como un año de reinvención, buscando que la feria se internacionalice y llegue además a las regiones del país. Sin embargo, desde fines del año pasado la web de APEGA no existe y sus redes sociales terminan su actividad con el fallecimiento de Mariano Valderrama, uno de sus fundadores. Por ello, lo señalado en este acápite es lo obtenido a través de información con la que se contaba en ese momento.

candidatura elaborado por Cánepa, para centrarse en el tema de la biodiversidad, por lo que la salvaguarda se convierte, como señala Raúl Matta, en sostenibilidad.

e) La creación de la Casa de la Gastronomía Peruana

Este museo se inauguró en marzo del 2011, en lo que era la antigua casa de Correos y Telégrafos en el Centro Histórico de Lima[36]. Pertenece a la red de museos del Ministerio de Cultura, y tal como señala en su página web, tiene el objetivo de "difundir los valores de la cocina peruana, los orígenes de nuestra culinaria y afirmar nuestra identidad cultural, que en los últimos años ha logrado el justo reconocimiento a nivel mundial."[37] La exposición permanente se basaba en la historia de la gastronomía peruana, desde la época prehispánica, colonial, republicana hasta la contemporánea, y su objetivo es mostrar la gran diversidad y riqueza de la cocina, destacando las influencias que ha recibido a través del tiempo. También tiene una sala de exposiciones itinerantes, donde se han expuesto muestras como "La Cocina Campesina del Perú", basada en una publicación del Ministerio de Cultura y el Ministerio de Agricultura, así como una exposición por el Año Internacional de la Quinua. Actualmente la página web no está actualizada por lo que no hay más información sobre que otras exposiciones que se han desarrollado. Sin embargo, considero que tiene un gran potencial para actividades futuras.

f) Reconocimiento de la cocina peruana: Patrimonio Cultural de las Américas para el Mundo

En 2011, la Organización de los Estados Americanos (OEA) declaró a la cocina peruana como Patrimonio Cultural de las Américas para el Mundo, siendo la primera manifestación cultural de la región que goza de esa distinción: «no es sólo la suma de sabores y productos, es el reflejo de la relación que nace entre el hombre y su medio, entre el hombre, su tierra, su historia, su geografía, su gente, es el reflejo de los vínculos que crean los individuos con su tierra, sus frutos, sus colores, sus costumbres"[38].

Todas estos momentos e influencias, han sido importantes para posicionar el tema por un lado dentro del sector público, la academia, pero principalmente en el imaginario de la población, no solo a nivel nacional, sino internacional.

---

[36] En este mapa se puede observar la ubicación estratégica y privilegiada de este museo http://geocultura.cultura.gob.pe/geo/museos?cod=34

[37] https://museos.cultura.pe/museos/casa-de-la-gastronom%C3%ADa-peruana

[38] http://www.oas.org/es/centro_noticias/comunicado_prensa.asp?sCodigo=C-582/11

Un estudio exhaustivo de este proceso se encuentra en el trabajo de Raúl Matta, que analiza de manera crítica desde la academia el tema de la gastronomía y la cocina peruana, tanto desde su patrimonialización como su uso en la política y la diplomacia en la búsqueda de ser incorporada en la Lista de la UNESCO[39]. A pesar de sus críticas, hay un punto clave que he encontrado en las entrevistas que realizó, el cual considero es la clave para comprender la relación de la cocina con el patrimonio cultural, pero a la vez la importancia real que el tema tiene dentro del imaginario nacional e internacional:

> "reconocer una gran inteligencia económica y una sensibilidad social ausente durante mucho tiempo en la clase política peruana…se admite que el discurso oficial puede acarrear efectos positivos para el turismo local y extranjero y contribuir a una visibilidad positiva del país, dentro y fuera de él, que contraste con aquella de décadas precedentes"[40].

El turismo y el patrimonio cultural

Las declaraciones desde el sector cultural son importantes, pero considero que no son las "responsables" directas de la identificación de la población con la cocina/ gastronomía peruana. Es la campaña desde el sector turístico la que ha calado en el imaginario de la población, por lo tanto es casi imposible observar la experiencia peruana sobre la gastronomía y la cocina sin adentrarse no solo en el sector cultural, sino también en el sector turístico.

El sector del turismo nacional e internacional tiene como principal baluarte la riqueza histórica, cultural material e inmaterial del Perú, riqueza ambiental de flora y fauna, que son justamente características que tiene la cocina peruana, constituyéndose en un sector importante que aporta el 4 % al Producto Bruto Interno, por ello el sector culinario-gastronómico es de suma importancia dentro de la proyección turística del Perú[41].

---

[39] Ob. Cit., Matta, p. 213.

[40] Ibídem, p. 213.

[41] En 2015, 3,5 millones de turistas internacionales visitaron el país y un 16 % de ellos mencionaron a la gastronomía como uno de los principales motivos para visitarlo; igualmente de acuerdo a la publicación "Evaluación del turismo gastronómico en el Perú", el 82 % de los vacacionistas (provenientes de Estados Unidos, Francia, Colombia, Brasil, Argentina y España) considera que el Perú es un destino gastronómico y valora su gastronomía y/o comida tradicional. Asimismo, en 2018 y 2019, el Perú fue elegido nuevamente como el "Mejor Destino Culinario del Mundo" por World Travel Awards.

Como ya se ha señalado, las declaraciones oficiales de la cocina peruana (técnicas e insumos), es decir, aquellas declaraciones realizadas por el Instituto Nacional de Cultura en su momento y por el Ministerio de Cultura en la actualidad, han sido y son importantes, pero no han sido las únicas responsables directas de la creación del sentimiento de identidad y orgullo nacional. La apropiación de los bienes culturales no pasa únicamente por las declaraciones oficiales; la apropiación de las comunidades, de la población y, en este caso, de la sociedad peruana con relación a la cocina, responden a factores que van más allá de la riqueza cultural que nuestro país posee, y esto es lo que ha sucedido con la cocina peruana.

Podría no haber sido declarada patrimonio cultural de la nación y, sin embargo, el reconocimiento tácito es más potente por parte de la población. Es decir, una apropiación social como un elemento de patrimonio y de pertenencia, que crea un sentimiento de orgullo nacional con proyección internacional, y una sensación de pertenencia a una cultura ancestral, con productos antes marginados recuperados y reconocidos, convirtiéndose así en una fortaleza para poder lograr el desarrollo del país.

La campaña turística centrada en cocina-cultura-riqueza diversidad no solo ha calado a nivel internacional, sino que ha sido la que ha promovido la identificación de los peruanos con su cocina y ha originado esa apropiación cultural que se ha convertido en el eje vertebral de muchas propuestas de desarrollo a nivel local y regional. La generación del orgullo se ha dado por las campañas mediáticas y el uso de los medios de comunicación.

De igual forma el éxito internacional de la cocina peruana, ha fortalecido el interés por los insumos nacionales, productos tradicionales considerados básicos en la cocina, que ahora se posicionan en el mundo a través de las campañas del gobierno en diversas ferias del mundo. El trabajo en el sector turismo y de exportaciones con relación a la gastronomía y los productos tradicionales, está totalmente entrelazado con el tema de la identidad, la cultura y la imagen de un país gastronómico. Para ello hay estrategias de trabajo con diversos sectores como el Ministerio de Agricultura.

De esta manera, la presencia del tema cultural y ambiental se ha convertido en una política pública dentro del sector de turismo, que se ha ido posicionando a

través de los años y se puede encontrar en el objetivo general del Plan Nacional de Calidad Turística CALTUR[42].

Esto es importante resaltar, puesto que el tema gastronómico y de productos tradicionales involucra en el caso peruano, como ya hemos señalado, necesariamente al sector turístico y de comercio exterior. El aprovechamiento de la oferta turística peruana, ofrecido como un destino ancestral y de una gran riqueza cultural-patrimonial, ha dado paso a que la estrategia de promoción de la gastronomía y los productos tradicionales se inserte en ese sector más consolidado. Esto ha incrementado el reconocimiento internacional de la gastronomía y a la vez la percepción de los peruanos sobre el éxito y valor de su cocina tradicional y sus productos bandera.

En el caso de la promoción en el extranjero del turismo gastronómico, de la gastronomía y los productos alimenticios, en la actualidad son las Oficinas Comerciales del Perú en el Exterior (OCEX) las que realizan un trabajo intenso en la promoción de la gastronomía peruana y los productos alimenticios, y están ubicadas en mercados estratégicos en diversas ciudades de América Latina, Estados Unidos, Europa, Asia y África:

> "del estudio, planeamiento, formulación y ejecución de las actividades que les corresponda, previstas en los planes operativos de promoción en el exterior de las exportaciones peruanas, turismo al Perú, imagen país e inversión en el país, en el ámbito de los mercados donde operan, y en concordancia con las políticas emitidas por el Ministerio de Comercio Exterior y Turismo y los sectores competentes sobre la materia."[43]

La apertura y demandas que implicaban la globalización determinó, en buena cuenta, el cambio de la política de turismo peruana, basando su desarrollo en la riqueza cultural y ambiental del país, buscando por lo tanto encontrar la forma de ser reconocida a nivel mundial, lo que como ya se ha señalado también tendría,

---

[42] "Consolidar un posicionamiento líder del país como destino turístico reconocido por la calidad total de su oferta turística, que se traducirá en la mejora de la calidad de vida de sus poblaciones anfitrionas, en el aumento sostenido y controlado de sus flujos turísticos, en el aprovechamiento sostenible del patrimonio natural y cultural de la Nación, en el incremento significativo del ingreso de divisas por turismo y en la rentabilidad de las empresas turísticas Plan Nacional de Calidad Turística (2015-2017). Ministerio de Comercio Exterior y Turismo. p. 13. https://www.mincetur.gob.pe/wpcontent/uploads/documentos/turismo/CALTUR/pdfs_documentos_Caltur/CALTUR_2017_2025.pdf

[43] https://www.mincetur.gob.pe/oficinas-comerciales/acerca-de-las-ocex-2/funciones/

y tiene, un impacto importante a nivel nacional, y lo que considero es uno de los puntos a tener en cuenta para el análisis de la experiencia del éxito de la cocina-gastronomía peruana.

Así, las nuevas tendencias del branding internacional llegaron al Perú, el impacto logrado por la Marca Perú[44] y su búsqueda de colocarse en el mercado internacional tuvieron a la gastronomía y la cocina como eje central de esa marca país, el slogan "Perú Mucho Gusto" está presente en las campañas turísticas en las ferias internacionales, lo que demuestra la importancia de la cocina y la gastronomía dentro de la estrategia turística peruana.

Más allá de las críticas que se realizan al tema de las marcas desde la academia[45], es importante resaltar que, en el momento del lanzamiento de la Marca Perú, hubo una apropiación inmediata de la sociedad peruana en general, se empezaron a elaborar camisetas, gorras, etc., que tenían la marca como eje principal. En la actualidad no pasan desapercibidas la utilización de la marca en diferentes establecimientos, en la producción de artesanía, en la manufactura textil, entre otras, como una manera de demostrar y confirmar la calidad del producto o servicio que se ofrece.

Así, en el mundo de la cocina y de la gastronomía el reconocimiento/certificación a través de mecanismos como el uso del logo de la Marca Perú, o la certificación de calidad turística, u otros desde el ámbito gubernamental, ya sea de un establecimiento gastronómico, un recurso natural, un producto manufacturado, etc. es de mayor importancia que la declaración como bien cultural, lo que no significa que no se reconozca su calidad de cultural, sino que envuelve una percepción de orgullo y de

[44] Más referencia sobre la Marca Perú https://peru.info/es-pe/marca-peru

[45] Al respecto Matta señala lo siguiente: "Asimismo es importante resaltar que la creciente competencia a nivel mundial, consecuencia del flujo internacional de conocimientos culinarios, ha erosionado los estándares discriminatorios de la jerarquía gastronómica hegemónica, aquella plebiscitada por las élites; jerarquía en la cual la cocina francesa, la cocina mediterránea y las grandes cocinas asiáticas ocupaban los puestos más altos. Aquello otorgó a otras culturas culinarias la posibilidad de "existir" en tiempos de globalización. Las condiciones estaban entonces dadas, durante la segunda mitad de la década pasada, para que las clases política y económica peruanas puedan poner en marcha una estrategia de diferenciación o de particularización de "la nación" sobre la base de lo que comúnmente se llama "nation branding", o "marca país", con el objetivo de dar una imagen positiva del país en el ámbito internacional, de dar a conocer una o varias de sus particularidades, y así estimular la llegada tanto de turistas…Así, enfocándonos en el caso peruano, podemos observar claramente que el Perú se posiciona como un "país gastronómico" cuya capital política, Lima, sería también la "capital gastronómica de América". Pero quizás llame más la atención la variante más reciente de esta relación entre política, identidad y cultura: presentar al Perú como un país de cocineros". "Cocinando una Nación de Consumidores: El Perú como marca global". *Revista Consensus*, vol. 17, núm. 1, 2012, p. 50. http://revistas.unife.edu.pe/index.php/consensus/article/view/935

sentimiento de pertenencia que al final de cuentas es lo que hace que la comida/cocina/gastronomía sea un bien cultural, un bien que forma parte de una tradición, de un patrimonio de un país o una ciudad. Un elemento complejo, que engloba toda la diversidad de la problemática del patrimonio cultural en general.

Entre críticas y progreso: algunas consideraciones finales para observar el proceso de la cocina/gastronomía/patrimonio cultural en el Perú

En los acápites anteriores he intentado resaltar algunos puntos que considero importantes para continuar observando el proceso de intersección de la cocina/gastronomía con el patrimonio cultural. No cabe duda de que las tradiciones culinarias, las técnicas de preparación, los productos ancestrales son en sí mismos bienes culturales más allá de su declaración oficial. Para comprenderlo de mejor manera me permito aquí hacer referencia a la ciencia jurídica (como muestra además del por qué el estudio del patrimonio cultural tiene que ser multidisciplinario) en tanto podemos encontrar similitudes en la aproximación a su apropiación, declaración, etc. y por ende comprender su problemática.

En la doctrina jurídica italiana, desarrollada para el estudio jurídico del patrimonio cultural, se diferencian tres tipos de patrimonio cultural (y por lo tanto de bienes culturales): el patrimonio cultural declarado (es decir aquellos bienes que fueron declarados de manera previa debido a su valor cultural), el patrimonio cultural real (los bienes culturales son protegidos en virtud de su valor intrínseco, independientemente del previo reconocimiento "legal") y el patrimonio cultural presunto (es decir aquel que se presume tiene un valor cultural hasta que se demuestre lo contrario)[46].

La relación que encuentro con esta clasificación jurídica es que en diversas categorías de patrimonio cultural-bienes culturales, como aquellos vinculados a la cocina y gastronomía, demuestra que la declaratoria legal o administrativa no es el momento fundante o no es el hecho más importante en la concepción de un elemento como cultural. Existen dentro de la sociedad diversos bienes muebles, inmuebles, arqueológicos, monumentales, diversidad de expresiones artísticas, danzas, bailes, etc. que son considerados como bienes culturales per se, lo que vendría a ser el patrimonio cultural real, por las propias comunidades, poblaciones, etc. independientemente de haber sido declarados o no.

[46] Para mayor referencia sobre el tema jurídico revisar: Arista Zerga, Adriana. "Apuntes sobre la Apuntes sobre la tutela jurídica del patrimonio cultural en el Perú". *Patrimonio cultural y derecho*, núm. 15, 2011, pp. 77-108.

Esto es lo que ha sucedido con la cocina y las gastronomía en el Perú, la identificación con la cocina y los productos tradicionales ha sido un proceso de apropiación cultural impulsado por una política de turismo enfocada en reconocer el valor de nuestra gastronomía, la categorización cultural es parte de ese proceso, pero como se ha señalado, no es la parte más importante en la construcción de esa identidad.

Por ello es importante reconocer que diversos elementos culinarios son apropiados y reconocidos como tradicionales, ancestrales sin estar necesariamente dentro de una lista local o internacional de declaración. La declaración oficial no es la única manera de generar identidad o reconocimiento, ni tampoco la única que asegurará un crecimiento económico, porque al final cualquier elemento o "patrimonio alimenticio" tiene un potencial económico[47].

Pero como señalan Di Giovine y Brulotte la conexión de la comida/cocina y patrimonio no solo está conectada con la industria de la cultura y los viajes, es una conexión más compleja y multifacética:

> "[lo que] demuestra que observar simplemente el lado comercial tanto en la industria del patrimonio como de la industria de los alimentos, particularmente a escala local, es descuidar la observación de cómo actúan como mediadores, acercando a las personas a través de un intercambio económico y cómo los alimentos viajan a través de un canal de comida y a un objeto transformado en patrimonio, es usado para indicar, explicar y replicar importantes reclamos ideológicos sobre identidad, propiedad soberanía y valor."[48]

Es así que, en todo bien cultural, en las técnicas culinarias, en la cocina y en la gastronomía, entendidas como expresión de un determinado territorio (a nivel local y global) o nación, se conjugan diversos elementos que se van superponiendo a través del tiempo. En ese punto radica la importancia de observar el conjunto de las coyunturas políticas, económicas, sociales y culturales no solo a nivel nacional, sino también internacional, puesto como señala Jesús Contreras, la cocina en un sentido amplio y cultural además de ingredientes, principios, procedimientos culinarios, etc. también incluyen usos, representaciones simbólicas y valores por lo

[47] Como por ejemplo el caso de "un pueblo pequeño (italiano) donde la comida local previamente considerada como cocina casera o comida de campesinos, con ayuda de los peregrinos y viajeros que visitan la villa, se transformó en una cocina patrimonial altamente valorada que puede transmitir a estos extraños una experiencia distintiva basada en el sabor del lugar donde se encuentra su gente y su hijo favorito Santo Padre Pio de Pietrelcina". Ob. Cit., Di Giovine y Brulotte, p.18.

[48] Ibídem, p.3.

que observarlas en sentido amplio es observar a la cocina en toda una dimensión étnica, nacional y/o regional"[49].

Es por ello importante identificar las otras influencias de nuestra cocina y gastronomía, no solo aquellas de origen extranjero (que forma parte del discurso oficial), sino identificar la dinamicidad otorgada por las diferentes olas migratorias a Lima, la capital gastronómica del Perú y también de Latinoamérica. Las publicaciones de la Universidad de San Martín de Porres se configuran un insumo importante para este proceso, en tanto abarcan la experiencia gastronómica a nivel nacional.

Nos olvidamos de las influencias regionales, serranas y amazónicas que la capital tiene, las fronteras geográficas que como región la circundan la ubican también en diversos pisos ecológicos que dan una riqueza importante a la culinaria capitalina. Pero ese es un proceso que no observamos en su totalidad, al igual que otro tipo de elementos culturales que compartimos con esa Lima lejana del mar.[50]

Se ha generado una identidad nacional, una sensación de pertenencia cuando se habla de la "cocina/gastronomía peruana" lo que corresponde a un punto de vista cosmopolita, como señala Contreras "ello ocurre, fundamentalmente, cuando diferentes grupos sociales y/o étnicos entran en contacto los unos con los otros como ocurre en las áreas metropolitanas"[51].

Por ello la importancia de observar el proceso de patrimonio-identidad en Lima, y cómo quizás ese centralismo, que va surgiendo como crítica como veremos en los siguientes párrafos, en otras áreas de la vida en sociedad, nuevamente deja de lado el reconocimiento y dinamicidad de una Lima serrana, puesto que pareciera que apelamos únicamente al aspecto histórico de esa mezcla o mestizaje, a nuestra ancestralidad, pero olvidamos la dinamicidad presente, ese movimiento constante de gente, de productos y tradiciones, que hacen que el patrimonio inmaterial, como en el caso de la cocina, esté en permanente cambio y movimiento y genere diversos movimientos en todos los espacios sociales; esto pasa también por el reconocimiento de los grupos migratorios locales que forman parte activa del proceso y la importancia de las cocinas regionales.

---

[49] Ob. Cit., Contreras, Jesús y García, pp. 203-204.

[50] Revisar el texto "La Lima de Pariacaca". Arista Zerga, Adriana. https://entremaresinbrujula.blogspot.com

[51] Ob. Cit., Contreras, Jesús y García, p. 204.

Un ejemplo del constante cambio en la cocina/gastronomía es el relacionado al cambio de algunos alimentos/comidas asociados con la pobreza y las clases bajas a nivel local, los que pasan luego a ser considerados como elementos culturales con un potencial económico muy valioso, los que son recogidos por personas externas, particularmente las que están involucradas en el turismo cultural y culinario, generando así un marcador de exotismo[52].

Analizando lo local, también nos lleva a la importancia y la necesidad de observar las tendencias mundiales que pueden, o están, influenciando a nuestras experiencias locales, como las tendencias del *slow food*, kilómetro cero, etc. Todo este complejo sistema debe ser analizado cuando se habla de la cocina, de los productos o de las técnicas culinarias como patrimonio cultural.

Es un proceso que abarca diversos espacios y que confronta, como toda patrimonialización cultural, muchos aspectos sociales y económicos, apropiaciones diversas y desiguales, etc., aspectos que ya van saliendo a relucir no sólo desde el ámbito de los personajes involucrados en la gastronomía, sino también desde la academia[53].

En el caso peruano desde el ámbito culinario es importante destacar la gran responsabilidad de los cocineros peruanos y de Apega en la promoción de la gastronomía, revalorización de los productos y técnicas tradicionales, y la gran influencia a nivel político y mediático que estos tienen, pero quizás esa misma posición social o de clase, aún conserva esa visión centralista, señalada por algunos chefs, pero que no es un problema o tara únicamente del sector cocina, sino que es un elemento característico de la sociedad peruana, donde las políticas públicas y la labor del Estado, no llegan de manera igualitaria a todas las regiones del país.

Dentro del movimiento gastronómico se escuchan voces divergentes del denominado *boom* de la cocina peruana, criticando la visión centralista de las propuestas desarrolladas principalmente por Apega (a través de Mistura, aunque su anunciada reestructuración iría por esa línea) y de cómo se fue olvidando el sentido

[52] Ob. Cit., Di Giovine y Brulotte, p. 18.

[53] Un claro ejemplo es el journal *Anthropology of food*, Gastro-politics: Culture, Identity and Culinary Politics in Peru, número 14 (2019), con un análisis crítico de la experiencia en el Perú, en el se incluyen diversos trabajos vinculados a la gentrificación, narrativa, colonialidad, etc. y entrevistas a personajes importantes en el ámbito de la gastronomía peruana.

inicial que era involucrar de manera más activa a los entes estatales principalmente en la investigación (que fue asumida en su mayoría por universidades como la San Martín de Porres) y financiamiento de proyectos de largo alcance a nivel nacional (a pesar de la inversión en la campaña turística que incluye a la gastronomía como un elemento primordial) y de esta manera formar parte de las políticas públicas a nivel nacional[54].

Por otro lado, no hay aún cifras claras de los beneficios reales para todos los actores de las cadenas productivas dentro de la gastronomía/cocina. Por ejemplo, aún en muchas partes de los Andes peruanos la falta de técnicas agrícolas adecuadas, la calidad los productos ancestrales y la falta de conocimiento empresarial o manejo de negocios de los pequeños productores son las características primordiales, lo que origina que aún estén expuestos a un mercado con intermediarios que no pagan los precios justos y no brindan la seguridad en la compra. Ese redescubrimiento y descubrimiento de ciertos alimentos también genera afectaciones económicas, también en su uso diario y de salud[55].

La cocina y la gastronomía se desenvuelve en ese entramado social, cultural, político y económico que hemos presentado de alguna manera en el presente trabajo. Se hace necesaria una mirada crítica y acciones desde una perspectiva multidisciplinaria, observando los procesos a nivel local y global, enfocándolos desde la historia, pero sin olvidar la dinamicidad actual, también podemos aprovechar ese sentimiento de pertenencia e identidad que genera, convirtiéndolo en un espacio donde se puede lograr el ejercicio de una ciudadanía cultural y quizás una convivencia más armoniosa.

También, observar de manera crítica, o críticamente constructiva, toda la problemática de la cocina como un elemento del patrimonio cultural, es reconocer que condensa no solo los aspectos antes mencionados, sino también comprender que quizás podría ser el punto de partida para la generación de una política cultural que considere a los bienes culturales en toda su transversalidad, complejidad e importancia.

---

[54] Matta, Raúl. "El boom gastronómico peruano: entre moda y promesas incumplidas. Entrevista a Isabel Álvarez". *Anthropology of Food*, núm. 14: Gastro-politics: Culture, Identity and Culinary Politics in Peru. https://doi.org/10.4000/aof.9987

[55] Tal sería el caso por ejemplo de la puesta en valor de los productos tradicionales, como la quinua, lo que ha originado su encarecimiento, dificultando que sea consumida por los propios productores y por las poblaciones más vulnerables, originándose por lo tanto una afectación a la salud principalmente de los niños, cuyos padres optan por productos más baratos como pasta y arroz, como elementos principales de las dietas diarias.

Bibliografía

ASOCIACIÓN PERUANA DE GASTRONOMÍA (APEGA). *El boom de la gastronomía peruana: su impacto económico y social*, 2013. https://gastronomiaycia.republica.com/wp-content/uploads/2013/09/boom_gastronomia_peruana.pdf

ARISTA ZERGA, Adriana. "La cocina, patrimonio cultural del Perú". En Ricardo Ávila, Marcelo Álvarez y Xavier Medina (coordinadores), *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. Colección Estudios del Hombre. Serie Antropología de la Alimentación. Guadalajara: Universidad de Guadalajara, pp. 187-204, 2015.

______"Derechos Culturales, Globalización y Derecho de la Cultura". *Patrimonio Cultural y Derecho*, núm. 16, pp. 223-239, 2012.

ARISTA ZERGA, Adriana."Del Pacífico al Mediterráneo: coincidencias y diferencias —desde la antropología— en la concepción del patrimonio cultural". *Revista Cadernos de Campo*, Universidad de Sao Paulo, núm. 21, pp. 289-300, 2012.

______"Apuntes sobre la tutela jurídica del patrimonio cultural en el Perú". *Patrimonio cultural y derecho*, núm. 15, Madrid, pp. 77-108, 2011.

BOUCHENAKI, Mounir. "The Interdependency of tangible and intangible cultural Heritage"2003.http://openarchive.icomos.org/468/1/2_%2D_Allocution_Bouchenaki.pdf

CÁNEPA KOSCH, Gisela et al. *Cocina e identidad: la culinaria peruana como patrimonio cultural inmaterial*. Lima: Ministerio de Cultural del Perú. 2011.

CONTRERAS HERNÁNDEZ, Jesús; GARCÍA ARNAIZ, Mabel. *Alimentación y Cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona: Editorial Ariel, 2005.

DI GIOVINE, Michael; BRULOTTE, Ronda. "Food and Foodways as cultural heritage". En Michael Di Giovine, Ronda Brulotte (eds.), *Edible Identities: Food as cultural heritage*. London: Routledge, pp. 1- 27, 2014.

GARCÍA CANCLINI, Néstor. "Los usos sociales del Patrimonio Cultural". En Encarnación Aguilar Criado (coord.), *Cuadernos Patrimonio Etnológico. Nuevas perspectivas de estudio*. Instituto Andaluz de Patrimonio Histórico, España, pp. 15-33, 1999.

HERMANSEN, Mark Emil. "Creating Terroir: An Anthropological Perspective on New Nordic Cuisine as an Expression of Nordic Identity". *Anthropology of food*, núm. 7: Nordic Food Culture, 2012. https://doi.org/10.4000/aof.7249

MATTA, Raúl. "El boom gastronómico peruano: entre moda y promesas incumplidas. Entrevista a Isabel Álvarez". *Anthropology of food*, núm. 14: Gastro-politics: Culture, Identity and Culinary Politics in Peru, 2019. https://doi.org/10.4000/aof.9987

______"Conocimiento y poder. Practicas alimentarias y patrimonialización cultural". En Ricardo Ávila, Marcelo Álvarez, Xavier Medina (coordinadores), *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. Colección Estudios del Hombre. Serie Antropología de la Alimentación. Guadalajara: Universidad de Guadalajara, pp. 205-220, 2015.

______"Food incursions into global heritage: Peruvian cuisine's slippery road to UNESCO". *Social Anthropology*, vol. 24, núm. 3, pp. 338-352, 2016.

______"Cocinando una Nación de Consumidores: El Perú como marca global". *Revista Consensus*, vol. 17, núm. 1, pp. 49-60, 2012. http://revistas.unife.edu.pe/index.php/consensus/article/view/935

MINISTERIO DE COMERCIO EXTERIOR Y TURISMO. *Plan Nacional de Calidad Turística del Perú* (2017-2025), 2017. https://www.mincetur.gob.pe/wp-content/uploads/documentos/turismo/CALTUR/pdfs_documentos_Caltur/CALTUR_2017_2025.pdf

PARASECOLI, Fabio. "Food, identity, and cultural reproduction in Immigrant Communities". *Social Research*, vol. 8, núm. 2, pp. 415-439, 2014.

PROMPERU. *Evaluación del turismo gastronómico en el Perú*, 2016. https://www.promperu.gob.pe/TurismoIN//sitio/VisorDocumentos?titulo=Turismo%20Gastron%C3%B3mico%20en%20el%20Per%C3%BA&url=Uploads/infografias/1048/TurismoGastronomicoPeru2016.pdf&nombObjeto=BibliotecaReportes

STANO, Simona. "Lost in translation: Food, identity and otherness". *Semiotica*, núm. 211, pp. 81-104, 2016.

SCARPI, Paolo. *Il senso del cibo. Mondo antico e riflessi contemporanei*. Palermo: Sellerio Edittore, 2005.

Páginas web

http://www.oficinacomercialperu.es/gastronomia
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1642/
https://www.peru.travel/es-pe/gastronomia/cocina-peruana/cocina-de-lima.html
http://nordicfoodlab.org/
http://nordicfoodlab.org/whoweare/

http://materiniciativa.com/index.html
https://peru.info/es-pe/superfoods
http://administrativos.cultura.gob.pe/intranet/dpcn/consulta.jsp
http://administrativos.cultura.gob.pe/intranet/dpcn/anexos/34_1.pdf?5634119
http://mapavisual.cultura.pe/archivos/doc/ba_560975f58c2e4.pdf
https://museos.cultura.pe/museos/casa-de-la-gastronom%C3%ADa-peruana
http://www.oas.org/es/centro_noticias/comunicado_prensa.asp?sCodigo=C-582/11
https://www.mincetur.gob.pe/oficinas-comerciales/acerca-de-las-ocex-2/funciones/
https://peru.info/es-pe/marca-peru
https://entremaresinbrujula.blogspot.com/



DE PAPAS, ROCOTOS, GUAYABAS Y CHARQUI: LOS ALIMENTOS ANCESTRALES DEL PERÚ

Elmo León
Ph.D. Investigador
Universidad de San Martín de Porres, Perú

Introducción

Si hoy tenemos como uno de los principales estandartes internacionales a nuestra ya famosa culinaria peruana, esta se asienta sobre una base ancestral que remonta a unos 14 000 años. La antigüedad de nuestros insumos naturales de nuestra cocina se hunde en las profundidades del tiempo y son un tema de estudio, no solo para reconstruirlos, sino también para saber cómo fue la historia de cada uno de ellos, como se lograron, como llegaron a las mesas de los comensales precolombinos, y que significo para ellos, además de dejarnos una lección que aun no es suficientemente valorada en nuestros días. Vamos a explorar esta historia culinaria a través de tres fuentes (Antúnez de Mayolo 1981, Cabieses 1996 y León 2013) en función de percibir la importancia de la alimentación de nuestros antepasados.

Achira, arracacha, yacón y jíquima: raíces milenarias olvidadas

Si bien las evidencias del consumo de estos tubérculos se remontan a un promedio de 5 mil años atrás y siempre bajo los 3000 m s. n. m., su dispersión en gran cantidad de yacimientos arqueológicos sugiere que fueron consumidos frecuentemente, pero que han caído en el olvido frente a otros que han ganado terreno como la papa andina. Es cierto que el almidón de los tubérculos no se conserva como macroresto, sin embargo, análisis químicos más sofisticados los han detectando en vasijas de cerámica donde se los cocinó o almacenó. Gracias a las representaciones en la cerámica Nasca, sabemos que fueron tubérculos predilectos de este grupo cultural hace 1500 años. Los tubérculos andinos fueron productos naturales y fuentes de almidón, un carbohidrato de excelente origen además de sus contenidos notables de ácido ascórbico, en particular de achira y arracacha, que pudo haber mejorado la absorción del hierro, por ejemplo si se las comía con carne de pescado, llama o cuy.

La jíquima es otro de los tubérculos que gozó de popularidad en la mesa de nuestros ancestros precolombinos, pero que en la actualidad se haya en proceso de desaparición. Su cultivo es tan bondadoso que no solo nos proporciona una buena fuente de nutrición, sino también que tiene un buen efecto sobre por la proporción de Hidrógeno que genera y que puede beneficiar por ejemplo al cultivo de papa. Según los expertos, la jíquima fue consumida desde aproximadamente el 6000 a. C. aunque fue más demandada desde el 500 a. C. De la misma popularidad gozó el yacón, que para algunos, fue domesticado en nuestro actual territorio. El yacón fue no solo una excelente fuente de proteínas sino también de azúcar natural y vitamina C. Su denso consumo, así como de los tubérculos olvidados, se puede apreciar en particular en la alfarería de las culturas moche, nazca, Ica entre otras. Hay algunos indicios que indican que se le preparó en forma asada e inclusive estofado.

Kiwicha y cañihua: nuestros cereales aun rezagados

Tubérculos y raíces olvidados van a la par con cereales andinos que también se hayan en una posición rezagada en nuestra modernidad mientras que antes gozaron de popularidad y alto consumo, tal como lo evidencian los hallazgos arqueológicos. Un cereal muy importante en el pasado precolombino es la kiwicha aún no suficientemente documentada, pero cuyos orígenes parecen apuntar al área sur andina y al sexto milenio antes de Cristo. Los expertos sostienen que se la domesticó a lo largo del tiempo y que pudo haber sido muy consumida sobre todo en el Altiplano sur andino. Su ingesta debió de haber jugado un rol vital en la nutrición de los habitantes del sur dada su riqueza en proteínas y minerales. Similar importancia en la dieta de los antiguos peruanos debió de haber tenido la cañihua, aunque de facto, es uno de los restos que menos se halla en el registro arqueológico. Se trata de un cereal de alto contenido proteico. Se le ha hallado en contextos de culturas de la costa lo que implica su transporte y su importante rol.

El algarrobo, calabaza y zapallo nos acompañan desde la Era del Hielo

Calabaza y zapallo son tan ancestrales como la colonización humana en los Andes centrales al final de la Era del Hielo, y al mismo tiempo el algarrobo, que hoy nos acompaña en los jugos o ensaladas de frutas. Calabazas y zapallos son una rica fuente de grasas naturales, no saturadas que prácticamente llegados por primeros seres humanos empiezan a manipularlas alrededor del 10 200 a. C. vale decir, en pleno avance glacial, el denominado *Younger Dryas*. Si bien las evidencias proceden

en su mayoría de los yacimientos ecuatorianos en medio costero, es extensible debido a que el medio ambiente fue similar de tal modo que puedo haber pasado el mismo fenómeno inmediatamente al sur ecuatoriano, es decir en Tumbes y Piura. Es difícil reconstruir las formas de preparación de los zapallos, pero se presume que fueron asados y cuando se descubre la cerámica alrededor del 3000 a. C., seguramente estofados.

Por su parte, las evidencias del consumo de algarrobo son del mismo tiempo. Los expertos en la cultura llamada Paiján, de la costa norte peruana, consideran que los habitantes de esa región comieron sus frutos y vainas desde aproximadamente el 10 000 a. C. Se ha hallado batanes de estas primeras poblaciones en donde se supone sus semillas y frutos fueron molido para consumo humano. Hay que recordar que el algarrobo es una excelente fuente de azúcares (sacarosa natural) y proteínas.

Chirimoyas, guanábanas, lúcumas, granadillas y ajíes ancestrales

Los antiguos peruanos también tuvieron a su disposición muchas frutas, entre las cuales se cuenta a la chirimoya y guanábana, frutas que tiene un origen al sur del Ecuador y norte peruano, consumidas al menos a partir del 3000 a. C., en particular en contextos de las culturas mochica y chimú. En algunos sitios del norte peruano, por ejemplo, guanabanas, chirimoyas constituyeron parte importante de la alimentación.

El ají es otra de las frutas de cuyo consumo en épocas prehispánicas hay amplia información. Los ajíes de nuestro pasado eran ya los que se hallan en nuestra mesa moderna: rocotos, ají limo, ají mirasol, ají panca y "pipí de mono". En el yacimiento arqueológico de Huaca Prieta (La Libertad) se ha descubierto estas cuatro variedades con fechados de alrededor del 5600 a. C. No obstante, otras evidencias de nuestros Andes indican que el aji debe ser más remoto y se estima que debe haber sido domesticado poco después de instalado el Holoceno, alrededor del 9000 a. C.

La lúcuma es otra fruta importante en nuestro pasado prehispánico que aportó buena calidad de carbohidratos, almidón, vitaminas y minerales y una inusual remarcable ración de hierro, no frecuente en otras frutas. La lúcuma es una de las frutas que se comió en nuestro Perú desde épocas muy tempranas dado que el registro indica ya era conocida alrededor del 8000 a. C. Su abundancia en culturas como la mochica

y la nazca, indican que fue una de las frutas preferidas por los habitantes de esta cultura. Las evidencias dan fe de que los mochica, aproximadamente entre el 400 y 600 d. C. eran asiduos cultivadores de árboles de lúcuma.

Si bien con poca evidencia, se sabe que la granadilla era ya probablemente comida hacia el 1500 a. C. el maracuyá, alrededor del 400 d. C. y inclusive tumbo, todas ellas frutas de probable origen septentrional de áreas amazónicas.

La guayaba: la fruta preferida por los antiguos peruanos

Si bien en el registro arqueológico fechada hacia el 5300 a. C. la guayaba es la fruta que más abunda en los yacimientos estudiados a través de toda la costa peruana, donde mejor se conservan los restos orgánicos. Es difícil saber donde se inició su domesticación, pero algunos especialistas sugieren que fue en la zona amazónica, tal como otros productos naturales que fueron una importante fuente de nutrición en nuestro pasado prehispánico tales como el camote o la yuca.

Tal vez pocos sepan que la guayaba es la mejor fuente de vitamina C, que además sirve para fijar el hierro que puede haber sido consumido directamente de carne de cuy, llama o pescados en aquellos tiempos. Su transcendental importancia como fuente de vitamina C fue descubierta debido a la necesidad de suplir a los aliados durante la segunda guerra mundial que ya no la conseguían en el limón importado en Estados Unidos desde el Cercano Oriente y Norte de África debido a la sequia internacional de inicios de la década de 1940. Nuestra guayaba impidió que el escorbuto se diseminara entre los soldados aliados en Europa y con ello, garantizar su salud y la derrota de los enemigos. Esa es parte de la historia de nuestra guayaba.

De los jardines precerámicos al lonche peruano actual: la palta

Otro de los frutos, que tenemos la suerte de que haya sobrevivido y sea popular en su consumo aun hoy en nuestros días es la palta. Si bien no se haya abundantemente en los yacimientos arqueológicos fue consumida por muchas culturas del Perú prehispánico, en particular en la costa norte, pero también central. Hay hallazgos de semilla de palta que fechan del 3000 a. C. Hay que recordar que la palta también fue uno de los productos más consumidos en México precolombino y allá hay más evidencias de su proceso de selección y domesticación. También es necesario tener en cuenta que la palta seguramente jugó un rol importante en la buena calidad de

lípidos y micronutrientes en nuestro pasado. Como bien sabemos, su consumo no implicó la necesidad de cocción, la pulpa de palta al natural es virtualmente una de las mayores delicias organolépticas que existen.

Caigua: legado prehispánico de prevención de colesterol

La caigua, también, por suerte, presente en nuestra moderna gastronomía se remonta a unos 3800 a. C. Es una fruta que ha tenido cierto índice de consumo, aun cuando no se conoce como fue preparada. Es posible suponer que pudo haberse comido fresca o asada. Hoy en día, estudios de nuestra Universidad de San Martín de Porres dan cuenta que la caigua efectivamente reduce el colesterol total y que puede ser usada en ensayos clínicos para evitar obesidad, enfermedades cardiovasculares e inclusive diabetes 2.

De cochayuyos y plantas del mar…

Otro de los acompañantes en la mesa de los antiguos peruanos fueron las algas, hoy en día, lamentablemente solo comidas esporádicamente en nuestros cebiches u otros platos que las demanden. Las algas en varias de sus especies fueron consumidas profusamente durante la época prehispánica, y si bien no podemos saber si nuestros ancestros conocían de la importancia de sus valores en nutrientes, es evidente que su presencia en la dieta precolombina jugó un rol en la salud, no solo debido a su valor proteico, sino en micronutrientes, antioxidantes, etc. Si bien se sabe que fueron comidas ya alrededor del 3000 a. C. es muy probable que hayan sido consumidas ya desde inicios del poblamiento de nuestro territorio, no solo por poblaciones litorales sino también por las de tierra adentro.

Carnes de llama, venado, perro y cuy

Sabemos que nuestros ancestros no dispusieron de mamíferos de envergadura como los hubo en Eurasia que pudieron abastecer de carne y leche como lo demanda el ser humano. Hay un consenso en cuanto el principal uso de llamas como animales de carga y no de consumo, no obstante, el consumo de charqui es de por sí ya un indicio que este tipo de carne fue comida por el habitante prehispánico de nuestros Andes. Sin embargo, es cierto que esto pudo no haber sido frecuente pues son raros los hallazgos de huesos quemados de llama o algún otro camélido que demuestren fehacientemente su consumo.

Su consumo se ha especulado, inclusive en forma de pachamanca, una tradicional modalidad de cocción de la carne y otros productos vegetales solo por medio de la fuerza de la calefacción de piedras debajo de la tierra, en un foso. Este tipo de evidencia ha sido hallada en Telarmachay, un abrigo rocoso fechado alrededor del 6000 a. C. Hallazgos de tasajeo y preparación de carne de camélido proceden de un sitio llamado Asana, en Moquegua, aproximadamente del 3500 a. C. En otras épocas más recientes como la mochica se ha descubierto huesos de llamas jóvenes que fueron cortados para extraerles la carne y ser preparados para consumo, de tal forma que es evidente que los moches comían carne de llama joven asada, seguramente suave al paladar. Lo mismo parecen haber hecho los habitantes de la cultura Chimú. Los huesos más quemados eran las costillas y vértebras; al parecer en algún momento de privilegió a estas partes en el consumo.

En otros yacimientos se ha descubierto marcas de corte y combustión en huesos de venados, cuyes y en particular, perros, en la costa norte peruana. El cuy, según los expertos, es un animal domesticado probablemente en la sierra central durante del sexto milenio antes de Cristo. Se sabe que los Mochica lo consumieron frecuentemente puesto que aparece en forma degradada en los excrementos hallados de la gente de esta cultura. Otras carnes han debido de ser comidas, como las de la de taruca e inclusive, carne de chancho de monte, pero lamentablemente aun son poco conocidas en el registro arqueológico. Curiosamente, se ha documentado el consumo de carne de chancho de monte o pecarí en algunos yacimientos arqueológicos de la costa norte, como Nanchoc, en la cabecera del valle de Zaña, en una región en donde confluyen los actuales departamentos de La Libertad, Cajamarca y Lambayeque, con un fechado de 9200 a. C. es decir, bastante remota.

Hay además una serie de batracios, ranas, salamandras y reptiles que fueron parte de la dieta prehispánica peruana. Una lagartija llamada cañán, fue platillo predilecto de los primeros pobladores de nuestra costa, los Paijanenses, entre el 11 000 y 6000 a. C. Se sabe que se la asaba directamente al fuego.

Carnes de aves, peces y moluscos en época preinca

Los peruanos, desde nuestros orígenes más remotos hemos comido carnes y otros órganos de las aves. Casi terminada la edad de hielo, alrededor del 10 000 a. C. ya comíamos una especie de perdiz andina grande, que no volaba sino corría, llamada tinamú. Entre la aves más consumidas de halla la gaviota, guanay,

piquero, paloma, pardela, calandria, e inclusive pingüino. En un yacimiento de Tacna, los arqueólogos han descubierto restos de huesos de pelicanos y gaviotas con cortes de instrumentos cortantes en los extremos de huesos largos, lo que es interpretado como separación de la carne de los huesos. También se ha descubierto marcas similares en las costillas de pelicanos, evidentemente prueba de haberles removido carne del pecho de estas aves grandes. Varios de estos huesos también se ha observado restos de carbón y combustión lo que demuestra que las carnes de aves fueron asadas al fogón. En Caral, por ejemplo, se ha descubierto varios restos de huesos largos y pectorales de cormoranes que fueron cocinados al fuego directo hace unos cuatro mil años.

Pero sin duda alguna, hay más evidencia del consumo de pescado, literalmente documentado en cada cultura que habito nuestro litoral. Las investigaciones demuestran que el pescado más consumido fue la anchoveta, y como ya se ha manifestado, en forma asada al fogón, pero en algún momento, seguramente estofada a la olla. Es imposible descartar que se condimentaran con nuestras especias prehispánicas y acompañadas por tantas plantas como maíz, zapallo, papa nativa, yuca, camote, entre otros. El consumo de anchoveta fue tan grande que se conoce que en la época Inca, culturas como la Chincha tenían grandes depósitos o almacenes en donde deshidrataban la carne de anchoveta para consumo e intercambio. Hay además abundante evidencia de consumo de pejerrey que, por ejemplo, los Nasca preservaban con algas para evitar que la carne se eche a perder. En la lista de pescados prehispánicos, se halla sardina, mojarrilla, coco, bagre, jurel, lorna, corvina, lisa, cojinova, cachema, perico, robalo, merluza, machete, bonito, chita, tollo y mojarrilla. También se comió peces de río, como lisita, life y pejerrey, además de moluscos como quitón, barquillo, lapa, caracol negro, pata de burro, caracol de loma, concha negra, erizo, choro, concha de abanico, camarón, cangrejo e inclusive, probablemente, percebe.

El tarwi: la leguminosa desplazada

Si bien no se trata de frejol o pallar que fueron tan consumidos en la época prehispánica, el tarwi fue también una leguminosa igual de importante aun cuando su registro sea de menor cuantía entre los alimentos prehispánicos. Con un elevado valor proteico y en otros nutrientes, el tarwi constituyó una de las principales fuentes alimenticias de nuestra población precolombina. Fue consumido con regularidad en la costa norte, pero además hay evidencia de su presencia en culturas posteriores

de la sierra central como la wanka, entre los 1000 y 1400 d. C. aproximadamente. Se sabe que mochicas y wankas lo consumían tostado o sancochado. Su asociación en el cultivo conjunto con la papa y la quinua, permite especular que los tres productos naturales fueron comidos en combinación los unos con los otros. Su riqueza nutritiva debería ser revalorada y puesta al servicio de nuestra población.

Maíz peruano y el origen del *pop corn*

Para muchos es poco conocido que el maíz, si bien originario de México en estado silvestre, pudo haber sido transportado a los Andes en tiempos del Cuaternario, de modo que una vez arribado, los primeros grupos de nuestro territorio le conocieron y aprendieron a cultivarlo, independientemente del mexicano, dando lugar a nuevas razas propias de nuestros Andes, e inclusive áreas poco conocidas del norte de Sudamérica. Una serie de hallazgos que ya remontan a hace medio siglo viene documentando maíz fechado en un promedio de 6000 a. C. Aparece así domesticado, de tal modo que es posible especular al menos uno o dos milenos de experimentación con la planta, de modo que no es atrevido especular en que nuestros tempranos habitantes de los Andes, en su parte norte, debieron de conocerla y aprender a manipularla.

En el yacimiento de Huaca Prieta/Paredones (La Libertad), Tom Dillehay y su equipo ha hallado por ejemplo maíz en dos de sus variedades. Ambos han fechado alrededor de 5600 a. C. La primera es el llamado *pod corn*, un maíz cuyo grano es fino y que se prestó para molienda y la preparación de harina. Hallazgos de molienda de maíz también se han documentado en otros yacimientos del norte Sudamericano a base de estudios de fitolitos (cristales de plantas que pueden ser detectados y clasificados en laboratorio). La segunda variedad es la llamada *pop corn*. Duccio Bonavia, mi mentor de siempre, quien participó en las excavaciones y dedicó casi toda su vida al estudio del maíz arqueológico en nuestros Andes, me decía que el descubrimiento pudo haberse efectuado de manera casual cuando a alguna mujer que había recolectado los granos secos del maíz lo habría dejado caer por casualidad cerca a algún fogón o leña de tal forma que poco después, habría empezado a "reventar" y luego, después de un rato, probar su sabor y si era comible…y si, es la historia del *pop corn* que se inicia ya en ese tiempo, y era ya "peruano". De otro lado, las investigaciones dan cuenta que al maíz se le consumió mayormente como cancha y mote. Los basurales arqueológicos contienen mezclas de camote, yuca, maíz y posiblemente papa, de tal modo que se puede especular que se comieron conjuntamente.

Posteriormente, el maíz de difunde a muchas partes de nuestro territorio y se consolida como el pseudocereal más importante, junto a la quinua que venia del sur. La inmensa gama de maíces en tamaños, colores, texturas y sabores fue el resultado de años y años de experimentación. La diversificación es tal, que por ejemplo, el maíz fue hasta "genéticamente" manipulado dado que una vez lograda una mazorca grande, pudo habérsela reducido por diferentes motivos ya sea rituales, culinarios, domésticos o lo que la ciencia aún resta por investigar. Ya desde un inicio se nota un interés creciente por desarrollar al maíz en nuestros Andes de tal modo que hace un milenio se había logrado que tenga 12 hileras, pero demás en la fuerte presencia del maíz a lo largo de nuestra historia: fue la planta emblemática de los Wari y luego de los Inca.

Por si fuera poco, el maíz es precisamente la planta que fue almacenada por toneladas en silos, seguramente para conservarla y consumirla por largo tiempo, como Bonavia descubrió en Los Gavilanes (Huarmey) con fechados del tercer milenio antes de Cristo.

La triada de oro: descubrimiento andino-neotropical

El famoso botánico Vavilov hace casi un siglo planteó la famosa triada que acompañó los inicios de la ocupación de nuestro territorio. Consideraba que era una excelente combinación de nutrientes la ocurrencia de zapallo o calabaza, frejol y maíz que es lo que sucedió en nuestra historia más remota. Al inicio se observa que se cultivó a las calabazas alrededor del 10 200 a. C., aunque en las zonas más septentrionales a las cuales pueden haber pertenecido los yacimientos peruanos del norte extremo. Calabazas y zapallos proveían de grasas y aceites necesarios para el organismo humano. Posteriormente aparece el frejol que aportaba ya las proteínas necesarias y finalmente se domestica al maíz alrededor del 7000 o tal vez 8000 a. C. que contribuía con los almidones, carbohidratos y azúcares a los más antiguos peruanos. Más interesante es aun que las tres plantas se adaptan en un mismo espacio y son funcionales unas con otras. La calabaza se desarrolla a poca altitud, el frejol se enreda alrededor de la calabaza y el maíz crece en el medio de ambas, siendo protegido por ellas.

En este sentido, hay que recordar que una de las especies que hoy en día, consumimos los peruanos, llamada zapallo loche ya ha sido documentada en nuestra costa norte, aunque sin fechados radiocarbónicos, es posible especularle unos 7000 a. C. de antigüedad.

Nuestra quinua ancestral y la NASA

Nuestro cereal que hasta hace medio siglo era casi desconocido en la capital, tuvo que haber sido alabado por la NASA como alimento ideal para las misiones espaciales para que nuestros ojos lo vieran y reconocieran, como parece ser siempre nuestra historia. Se sabe que la quinua en estado semi-domesticado, era ya comida por los antiguos habitantes en el valle de Zaña, imagine cuan distante del punto de origen, en nuestro Altiplano andino, hacia el 8000 a. C. Los arqueólogos siguen haciendo trabajos de campo en búsqueda de la historia de la quinua en su zona de origen, pero tal empresa será imposible al momento, debido a la extrema aridez que se vivió en esa región entre el 3000 y 7000 a. C. Solo a partir de esa fecha más reciente se ha documentado el consumo de quinua roja y negra en las habitaciones de la población. No se tiene conocimiento de cómo se preparó pero se presume que se pudo haber tostado e inclusive estofado. La cerámica de culturas posteriores muestra la presencia de quinua, en particular en el sur peruano y en contexto de la famosa cultura Wari. Se sabe que la quinua fue consumida en época precolombina en Ayacucho y por parte de la Cultura Wanka en Junín. La quinua gozó de tanta popularidad que hasta fue comida por las personas que se ha hallado en los entierros de nuestra joya arqueológica: Machu Picchu.

Al parecer, por este tiempo se supo cómo hacer chicha de quinua. Maria Bruno, una arqueobotánica ha hallado restos de vasijas de una cultura llamada Pukara, alrededor del 600 a. C. en la zona de nuestro Altiplano en Puno, con evidencia de quinua fermentada.

El olluco: un sobreviviente prehispánico

Es uno de los pocos alimentos ancestrales que han sobrevivido a lo largo del tiempo. Y es precisamente uno de los alimentos que ha tenido una constante presencia en la alimentación ancestral peruana dado que se halla documentado en yacimientos arqueológicos del 8000 a. C. pero como en los casos que estamos citando, su consumo fue más masivo desde hace dos milenios. Su ingesta en cierto modo garantizó una buena fuente de proteínas e inclusive vitamina C. La rápida distribución de su consumo nos habla del dinámico desplazamiento de los pobladores andinos/neotropicales desde inicios del Holoceno.

La papa que conquistó al mundo: del tokosh a la papa frita

Pero sin duda, es la papa andina la que ha tenido la mayor aceptación a nivel global, sobre todo cuando hubo las duras épocas de hambruna en Europa en donde solo había pan, nabo, zanahoria y, cuando había posibilidad, tocino. Su versatilidad demostrada en la cocina, la llevó lejos hasta lo que hoy conocemos como papas fritas, el término *pommes* es actualmente sinónimo de *fast food*, por cierto, una forma no idea de su consumo.

En torno a su origen se ha discutido mucho, no obstante es cierto que hay tres regiones que los especialistas aceptan como puntos de referencia, a saber, Bolivia y el altiplano sur andino, la zona sur peruana y la isla Chiloé en Chile. Hay además consenso en cuanto se pudo haber domesticado desde el inicio del Holoceno hacia el 9000 a. C. aunque aun no es posible documentarla dado que el almidón se preserva muy difícilmente en condiciones medioambientales húmedas. Esto ha llevado a que recién hacia el 3500 a. C. se tenga certeza de su presencia, aunque más recientemente se ha hallado en Jiskauromoko, un yacimiento arqueológico del Altiplano sur con fechados más remotos de papa. Es muy probable que los primeros tubérculos, en calidad de nativos, deban se haber sido de color morado u rojizo dada la importante presencia cianídica (similar al maíz morado). Posteriormente, las representaciones de papa en la alfarería abundan de modo que podemos saber con certeza que fue frecuente en casi todas las culturas peruanas, aunque en menor proporción que el maíz.

Maní, el favorito de los Nazca

Leguminosa de origen neotropical, pero muy consumida en el Perú prehispánico fue el maní. Se le comió en el norte peruano, al menos desde alrededor del 8000 a. C. aunque en estado aun semidomesticado. La evidencia es contundente pues se ha hallado restos microscópicos en el sarro dental humano de esa época en un yacimiento denominado Nanchoc, en la cabecera del río Zaña. Con el maní, los antiguos peruanos garantizaban la ingesta de grasas necesarias para el organismo, además de ser una excelente fuente de proteínas. Hay también evidencia de que se le consumió tostado, de esta manera incrementando su valor nutricional. Los análisis de las heces humanas de algunos yacimientos indican que al maní también se le comió con cáscara. Como muchos otros productos naturales, uno puede especular que también se consumió chicha de maní.

Camote asado milenario

Hoy en día acompañante de nuestro platillo bandera, el ceviche, el buen camote, según la evidencia arqueológica, ha sido uno de los tubérculos más consumidos desde épocas muy remotas. Se trata de un excelente carbohidrato también con un alto contenido de vitamina C, además de betacarotenos, es decir, una excelente fuente de vitamina A, retinol. Debido a esta propiedad, es conocido en muchos lares del África como el "salvador de ceguera infantil". Los hallazgos indican que el camote fue asado sobre hogueras, pero también sancochado. Hay otros indicios que permiten suponer que fue cocinado y luego preparado en forma de puré, luego servido en cuencos, probablemente en medio de un ritual, hace unos cinco mil años. Además, en algunos yacimientos de ha comprobado que camote y papa pudieron haberse comido al mismo tiempo, de modo que se puede especular la preparación de potajes con papa y camote en el menú. Esta mezcla de productos y demás combinaciones que se nos escapan por no tener los recursos científicos aun para detectarlas, va de la mano con la ingeniería genética de nuestros ancestros, dado que sabemos, por los botánicos que han estudiado los restos que demuestran que tamaño, pulpa y calidad se fueron incrementando durante el tiempo, similar al caso del maíz.

La herencia ancestral de nuestra puna: maca, oca y mashua

Si bien no hay evidencias aun halladas, algunos especialistas sugieren que la maca pudo haber sido domesticada alrededor del 4000 a. C. Su difusión fue tan rápida que la cerámica mochica se observa la aparición de maca. La oca, por su parte, tiene una historia similar. Aunque, al parecer, se la consumió en una forma aun no completamente no domesticada en el Callejón de Huaylas hace unos 10 000 años, es evidente que se volvió un producto alimenticio más común solo desde el 2000 a. C. en particular en la puna y en las zonas elevadas de los Andes. La cerámica moche, nazca e inclusive chimú da cuenta de la popularidad de su consumo durante los últimos dos milenios de la era precolombina.

Por su parte, la mashua tiene aún menos presencia en nuestras mesas, aun cuando su origen sea milenario. Dada las condiciones de difícil preservación en las zonas altas andinas, se considera que fue domesticada en la región circumlacustre durante en Holoceno. Análisis especializados en microrestos han podido detectar mashua en la puna de Junín y en el departamento de Ayacucho, fechada en un lapso de 800-1400 d. C. La evidencia se remonta a inicios de nuestra era en las inmediaciones

del río Mantaro, en el actual departamento de Junín. También se comió mashua en Ayacucho, durante la época del imperio Wari, alrededor del 800-900 d. C. Este tubérculo es aun poco conocido en la culinaria peruana, a pesar que brinda no solo una importante fuente de nutrientes, micronutrientes y otros beneficios preventores de enfermedades.

Yuca y masato prehistóricos

La yuca, tan apreciada desde épocas tan remotas, jugó, sin lugar a dudas, un importante rol en la despensa alimentaria de los primeros peruanos. La yuca fue domesticada probablemente en la zona llamada El Cerrado al sur de Brasil. De allí, seguramente fue transportada por los primeros colonos amazónicos hasta territorios como la cuenca del alto Amazonas y Mesoamérica. Si bien no se cuenta con claras evidencias de su consumo desde épocas iniciales, es posible presumir que se la contó como stock alimentario no solo en estado fresco, sino en forma de harina e inclusive, deshidratada en función de que perdure en forma conservada. Se puede decir que ya se comía yuca alrededor del 7000 a. C. dado los hallazgos hechos por el equipo de investigación de Tom Dillehay en la zona de Nanchoc, en la cabecera del valle de Zaña (Departamento de Lambayeque). Su consumo fue luego extenso, de modo que se puede ver representaciones de yuca en la cerámica de culturas como la Moche o Nazca. En algunos casos por ejemplo se ha hallado hasta restos fecales de algunos pobladores precolombinos en donde se ha puesto en evidencia que comieron yuca.

¿Y cómo fue preparada? Bueno, a pesar de la poca evidencia, se sabe que se cocinó en forma asada alrededor del 700 d. C. Además, que ya se consumía masato o bebida de yuca fermentada en la costa central peruana alrededor del 600 a. C.

Pallares y frejoles siempre en la mesa peruana

Leguminosas como pallares y frejoles casi siempre han estado presente, al menos de su domesticación, en alguna parte del norte peruano y entre el 9000 y 7000 a. C. simultáneamente a la que ocurrió en México. Los investigadores sostienen que el estudio de la proteína faseolina sugiere que al menos dos variedades de frejoles de domesticaron en nuestro territorio. Su profuso consumo no solo se puede demostrar por medio de los residuos en los dientes de los antiguos peruanos, sino también gracias a su conservación en la costa árida peruana, e inclusive en las heces

humanas que nos hablan directamente de su ingesta. Mochicas y Nascas comieron frejoles con frecuencia. Por el contrario, el pallar si parece haber sido domesticado exclusivamente en los Andes. Otra observación hecha por los investigadores es la gran variedad de formas y colores de pallares en algunos yacimientos arqueológicos, lo cual también habla en favor de su origen. El pallar es representado en cerámica, pero además ha sido documentado en las heces, por ejemplo de los habitantes de Huaca Prieta, hace unos 5000 años, inclusive entre los restos humanos del famoso Santuario de Machu Picchu.

La cocina rastreada por los arqueólogos

Por los análisis llevados a cabo por Donald Ugent, sabemos que muchos de los tubérculos como la papa, la achira e inclusive, probablemente el camote, eran pelados antes de ser consumidos. Huellas en forma de espiral alrededor de algunos de dichos tubérculos han sido observadas, lo que al botánico le llevan a sugerir que es el resultado de la remoción de la cáscara por medio de una hoja cortante, probablemente un cuchillo de piedra o de otro material para ese fin. Estas formas de cocción de la papa fueron usadas durante mucho tiempo, inclusive hay evidencia de ellas en grupos que poblaron el Altiplano sur (su área de origen) durante el primer milenio antes de Cristo y no es difícil imaginarse que también fue usada por los tiwanaku.

En otro contexto se ha hallado vainas de frejoles a las que se les ha retirado las semillas, cual actividad rutinaria de la cocina actual. Análisis en vasijas Wari con unos mil años de antigüedad han hecho pensar a algunos expertos que el frijol también fue preparado en forma de masa o puré.

Las carnes de mamíferos más consumidas fueron la de llama y evidentemente, la del cuy. De ambos hay sendos reportes en donde se puede reconstruir el procesamiento de estos animales, una vez capturados. A la llama se le removió la piel, luego se le fracturaba huesos largos, y removía carne del tórax para ser cocinadas, sino se deshidrataba parte de sus restos, en particular de sus extremidades para hacer charqui. En cuanto al cuy, por analogía etnográfica se presume que se les mataba fracturándole el cuello, luego se removía la piel, para proceder al tasajeo y descuartizamiento antes de su cocción. Es muy probable que fuera asado al calor del fogón, típico procedimiento para muchísimos productos prehispánicos.

Hojas, tallos, flores y brotes: las ensaladas prehistóricas

Hay ya importante registro en la arqueología respecto del consumo no solo de la pulpa o frutos vegetales, sino también de las demás partes de la botánica de las plantas. Hojas y ramas fueron masticadas desde al menos unos 5 mil años en diversos lugares de nuestra costa, a veces cocidas a veces crudas. Tal es el caso de varios sitios arqueológicos mochica, en donde se ha hallado en excrementos humanos de unos mil quinientos años, restos de maíz que no solo contenían granos degradados, sino también otras partes de la planta, partes del tallo, ramas, etc.

Asados, grills y estofados primigenios

La cocina prehispánica estuvo libre de frituras, dado que no se empleó al aceite para freír, como lo hizo la tradición culinaria del Mediterráneo al menos desde hace unos dos mil años. Nuestras formas de reducción de carnes y vegetales fueron simplemente asadas o al grill/parrilla, a la brasa y estofado. Una serie de hallazgos revela que se dejaba no solo carne de pescado, sino también papas, camotes y achiras al margen del fogón para que se deshidrataran lentamente en sus mismos jugos.

Chuño y charqui: las técnicas para asegurar a los alimentos

El chuño era una forma de conservar a la papa para que el medio no deteriore el producto. Además, la deshidratación suele elevar la calidad nutritiva del mismo. La técnica es ancestral y debe de remontar a algunos milenios antes de nuestra era. Por ejemplo, se ha dicho que ya hay chuño en algunos yacimientos de culturas en la zona del Altiplano sur andino en el primer milenio a. C.

Chicha para pobres y ricos

El descubrimiento de fermentación del maíz no debió se haber sido complicado, pues solo basta su almidón y un medio que bien puede haber sido la saliva para activar el proceso de degradación de azúcares. Si bien se ha descubierto que el consumo de chicha de maíz data de a menos unos 3000 años atrás, la sola presencia de maíz hace casi diez milenios sugiere su presencia mucho más antes, probablemente contemporánea con el descubrimiento de la cerveza de cebada en el Egipto Predinástico. Lo interesante es que tal como el maíz fue manipulado para obtener diversas formas, colores y otros atributos en sabor, lo mismo pudo haber ocurrido

con la chicha, pudo haberse hecho más ligera, con menos gradación alcohólica e inclusive hay abundante evidencia que fue hecha tanto para ceremonias de personajes de la elite, como en tinajones para consumo doméstico en el pueblo como se observa en las cultura Moche y Chimú hace unos 1500 y 900 años respectivamente. Hay que recordar además que la chicha pudo haber sido una manera de beber un líquido ya procesado y no infestado por parásitos como pudo haber pasado con el agua de ríos; sin duda estrategias en la salud de los antiguos peruanos.

La "refrigeradora de arena" de los antiguos peruanos

Ciertamente en el Perú prehispánico no hubo refrigeradora para preservar los alimentos. Sabemos que poblaciones que vivían en medios glaciales aprovechaban las bajas temperaturas para conservar sus alimentos, como es el caso de los Ainú de Japón, o los mismos esquimales. Lobos marinos, focas y pescados como el salmón se conservaban por largo tiempo en esas latitudes. Como hicieron los antiguos peruanos? En ausencia de hielo, tuvieron que ingeniársela para conservar sus alimentos. Ya hemos hablado que deshidrataban sus alimentos naturales de tal manera que no podían fácilmente entrar en estado de putrefacción. La otra forma, era evidentemente usando sal para curarlos, pero también una que es un ingenio nuestro. Duccio Bonavia desde hace mucho ha descubierto grandes pozos de arena en donde los antiguos pobladores de Huarmey, al menos hace 5 mil años, lograron con éxito depositar maíz hasta por toneladas en simplemente arena. La arena compuesta por silicatos y arcillas tiene la capacidad de no permitir que un compuesto orgánico se pudra. De este modo, los pobladores de la región se beneficiaban puesto que bastaba enterrar maíz en los silos de arena y retirarlos cuando se deseaba para su consumo. Esto significó aprovisionarse de alimentos y tenerlos en una especie de despensa gigantesca: nuestro desierto de Atacama, el más seco del mundo, tecnología simple y eficiente de los antiguos peruanos, y lección a futuro de seguridad alimentaria. La conservación en arena puede haber también abarcado a otros alimentos, como es el caso del maní, almacenado por los Nazca de esa forma hace unos mil quinientos años.

El mensaje culinario de nuestros ancestros

Cuando uno hurga en las fuentes científicas de la saga humana en nuestro Perú, una de las primeras evidencias que debe de explorar y evaluar, es, evidentemente el mundo de la alimentación que ellos, nuestros ancestros experimentaron día a día,

no solo en el principio, sino en muchas otras porciones de tiempo del pasado, en donde, antes que nada se tuvo la necesidad de asegurar la despensa alimentaria para sobrevivir; la vida era lo primero, familias se habrían organizado para esta finalidad: garantizar su permanencia en esta parte del orbe.

Un primer punto a elucidar, que rebasa el objetivo de este breve trabajo es el medio al que nuestros ancestros tuvieron que adaptarse, o en su defecto, intentar adaptar a sus necesidades. Y es obvio que aquí hay dos temas cruciales, que si no se consideran, poco resultaran los esfuerzos que se hagan en torno ala reconstrucción de ese mundo de alimentos que hemos propuesto. El primero, es la amplia diversidad de nuestro entorno, dado que el Perú de hoy, es un mosaico de ecotonos definido por latitudes y altitudes que aun no está completamente estudiado, en particular, regiones difíciles de explorar como la Amazonía. Siempre hemos sustentado que en realidad, el mundo de los alimentos peruanos en época prehispánica debe de ser dividido en cuatro: uno septentrional, que podríamos denominar pseudo-neotropical que caracterizó a fauna y flora de clima cálido que tuvieron como despensa los habitantes de diversas culturas de nuestra costa extremo norte. Esta región puede haber tenido más conexión con los grupos que vivieron en el norte de Sudamérica. Otra región, entre la parte extremo norte y la latitud de Ica en donde se desarrollo lo que conocemos más de arqueología peruana, tanto de nuestro litoral como nuestra serranía debido a que los ríos eran usados como medio de transporte; otra más al sur árido, sur de caravaneros de llamas y de sequias y finalmente una región este de pie de monte y amazónica en donde se ha demostrado que hubo grandes experimentos de cultígenos como el camote y la yuca que acompañan a nuestra mesa peruana. Esta impresionante riqueza de suelos, fue reconocida a lo largo de milenios por nuestros ancestros y hoy por hoy fueron la base de nuestra cocina actual, que solo luego del siglo XVI se complementó con la gran gama de insumos y costumbres culinarias venidas del viejo mundo, y con él, las africanas y euroasiáticas. Ese es el crisol de nuestra actual cocina, un crisol en donde la variedad es la clave.

Las tradiciones culinarias son parte visible de nuestra riqueza cultural. Si ellas pudieran servir de pábulo para abordar a nuestro Perú territorialmente como ellas lo demarcan, tendríamos un Perú más sensato y probablemente mejor organizado, dado que dichas regiones son naturales y trascienden milenios de organización, lazos de consanguineidad, convivencia y…una misma olla…olla que compartieron familias que vivían en zonas fronterizas llamémoslas ecuatoriano-peruanas, seguramente departiendo exquisitas guanábanas en el norte, o llamémoslas chileno-

peruanas, departiendo mauka, la verdadera quinua del sur o el pan del sur, como la llaman algunos. Alguna vez fueron territorios de una larga vida común, que luego de instalarse el Perú moderno, los separaron. De allí que la ciencia no debe amparar discursillos patrioteros en donde se dice que tal o cual producto natural es peruano. Solo si quisiéramos decir la sandez que la papa es peruana, botánicos, fitogenetistas e inclusive arqueólogos apuntarían que la papa es más bien del sur andino, más bien, boliviana. Basta revisar las fuentes serias al respecto.

Un segundo punto es la necesidad de saber cómo era el medio en el pasado. Pocos conocen que hay una ciencia denominada paleoclimatología y una especialidad de le geología que trata del cuaternario, es decir, la época en que nuestros ancestros poblaron nuestro territorio, modernamente llamado Perú. La vitalidad, biología, hasta el sabor de plantas y animales depende en gran medida del lugar de cultivo/crianza. No es gratuita la jugosidad e impresionante volumen del maíz cuzqueño, ayacuchano o del Callejón de Huaylas. Hay que recordar solo las abrumadoras evidencias del cultivo y consumo de maíz solo en el valle de Casma y sus afluentes serranas. Recordemos, que solo en la cueva del Guitarrero, independientemente de sus fechados revaluados por el "eficiente" AMS en radiocarbono, deben de ubicarse en el sexto milenio a. C. Y es que en efecto, como lo decía Bonavia, el maíz tiene un segundo centro de domesticación en nuestro actual territorio peruano…el maíz no solo es mexicano, basta con ver la multiplicidad de razas aquí, a diferencia de nuestro país hermano de Norteamérica. Desde el Nitrógeno del suelo de la planta hasta el tipo de abono natural, cuentan en el resultado de estos alimentos milenarios. Nutrientes edafológicos, alcaloides, esteres de dichas plantas evidentemente no son los mismos a los actuales, ni nunca lo serán, como lo pretenden algunos dueños de restaurantes de lujo que nos invitan a degustar el platillo ancestral imaginario. Y es que en efecto, siendo la investigación en nuestro país tan poco desarrollada, solo queda esperanzarnos en un trabajo coordinado que aborde este tema tan importante, que no solo beneficie a la historia de nuestros alimentos ancestrales, sino que pueda servir de herramienta a tantas áreas de urgencia en el aparato ejecutivo.

El manejo de cultígenos desde época tan remota se evidencia en la eficacia que tuvo nuestra población esparcida en tanto territorio de difícil adaptación, no solo por las prístinas observaciones en la selección artificial de las mejores semillas y el mejor suelo para cultivo, sino también en procesarlos casi genéticamente para lograr menos corteza, mas pulpa, mejor digeribilidad, mas volumen, mejores colores, etc.

Mensaje de nuestros ancestros, además seguido por otro: la planta se come toda… el animal también. Si bien pocos estudios, es evidente que los datos que emergen de sus estudios indican que nuestros ancestros no solo incluían a la pulpa en sus platos, sino también hojas, tallos, cortezas, e inclusive flores. No tenemos evidencia, pero no llamaría la atención la combinación de diversas partes de la planta en un mismo platillo, pero además, flores e inclusive frutas como lo hace con sabiduría la cocina *thai*. Lecciones del pasado a tener en cuenta y que deberían de ser sujeto de estudio de institutos no solo en bien de nuestra impresionante industria turística que da empleo a tantos jóvenes, sino también en pro de la salud de nuestros hermanos peruanos. Comida, sabor y salud, no deberían de ir por caminos independientes, sino de la mano, en pro de nuestros hijos, de un mejor Perú.

Agradecimiento

Quiero agradecer vivamente esta oportunidad a mi colega, Dr. Johan Leuridan, decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología de nuestra casa de estudio, la Universidad de San Martín de Porres, por el permanente apoyo que me brinda de larga data siempre en pro de la ciencia de la alimentación peruana.

Bibliografía

ANTÚNEZ DE MAYOLO, Santiago. *La nutrición en el antiguo Perú*. Lima: Banco Central de Reserva del Perú, 1981.

CABIESES, Fernando. *Cien siglos de pan: 10,000 años de alimentación en el Perú*. Lima: Escuela Profesional de Turismo y Hotelería, Universidad de San Martín de Porres, 1996.

LEÓN, Elmo. *14,000 años de alimentación en el Perú*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013.



GASTRONOMÍA PREHISPÁNICA PERUANA. LA ALIMENTACIÓN EN TIEMPOS DEL SEÑOR DE SIPÁN

Jorge G. Paredes M.
Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

Introducción

El conocimiento de la cocina y la gastronomía, como manifestaciones culturales de la humanidad a lo largo de su historia, ha ido cobrando mayor relevancia en los estudios historiográficos especializados. Actualmente, somos más conscientes de la importancia que tiene para diversas disciplinas científicas el conocer qué comían nuestros antepasados, cómo elaboraban sus alimentos, qué productos proporcionados por la naturaleza empleaban, cómo transitaron del primitivo consumo crudo de sus alimentos a la sofisticada cocción de los mismos; tránsito que el antropólogo Claude Lévi-Strauss utilizara como metáfora, en su *Mitológicas I. Lo crudo y lo cocido*, al analizar la evolución cultural de la humanidad, en la cual lo crudo correspondería al estado precultural, salvaje o no civilizado y lo cocido, al estado civilizado.

Por otra parte, es ampliamente conocido el trascendental significado que la revolución agrícola tuvo hace diez mil años en las cinco áreas: el Próximo Oriente, India, China, Mesoamérica y los Andes centrales[1]. Como señala Manuel Hernán Amat Olazával:

> "La domesticación de plantas y animales, generó sustanciales cambios en el comportamiento de las sociedades sedentarias. La nueva economía y la innovación de la tecnología trajeron aparejados importantes transformaciones sociales y políticas. La economía productora de alimentos cambió profundamente la mentalidad humana" (Amat, 2014: 1).

◀ Representación de la papa en cerámica de la cultura Mochica (100 - 800 a. C.).

[1] El botanista y genetista ruso Nikolai Ivanovich Vasilov (1887–1943) propuso ocho centros de origen de la agricultura: Centro Chino, Indomalayo, Suroeste Asiático o Asiático Interior, Asia Menor, Mediterráneo, Etiopía, Centroamérica y sur de México, y, Región Andina.

En el Perú, el estudio –desde el punto de vista histórico– de los productos alimenticios, la domesticación de plantas y animales, la utilización de los recursos marinos, fluviales y lacustres para la alimentación, las técnicas de la cocción de los productos alimenticios, su consumo e incluso sus significados rituales, que tiene ya larga data, evidencia un renovado y actual interés.

Nuestro objetivo es sistematizar y hacer del conocimiento de lectores no especializados en temas de la arqueología e historia prehispánica, el cautivante tema de la alimentación prehispánica peruana. En este trabajo, nos centraremos en el espacio-tiempo de la cultura Mochica, desarrollada entre los siglos II y VIII, en la costa norte del Perú prehispánico, heredera cultural de los cuspiniques (Campana: 1994: 15), utilizando como atractivo el saber qué comía el Señor de Sipán, qué productos estaban presentes en su mesa diaria, en los banquetes oficiales, que no debieron ser pocos.

El estudio de la cocina y la alimentación en el Perú prehispánico impone la identificación de dos etapas. Una de ellas es el relativamente corto periodo inca (siglos XV y XVI). De esta etapa se cuenta con fuentes tan valiosas como las crónicas (indígena, mestiza y española), las cuales proporcionan testimonio vívido de dicha temática. En cambio, el largo periodo pretahuantinsuyano preescritural impone recurrir a los testimonios arqueológicos (entre ellos, sus manifestaciones artísticas, en especial la cerámica). Esto exige que estos estudios más esquemáticos, limitados en cuanto a detalles que sí encontramos en los excelentes estudios sobre la alimentación prehispánica peruana en tiempo de los incas. Esto explica que muchos estudios bajo el título de historia de la alimentación o de la nutrición en el Perú antiguo se centran solo o, fundamentalmente, en la etapa inca.

Evitaremos generalizaciones, es decir, considerar totalmente aplicable lo referido a la etapa incaica a la etapa motivo de este trabajo, a pesar de que los incas fueron continuadores de una larga historia que se remonta a más de diez mil años anteriores a ellos y, por lo tanto, mucho de lo que se sabe —ya desde el siglo XVI— de su alimentación cocina y nutrición es una herencia compartida con los pueblos que los precedieron, entre ellos los mochicas.

Una de las razones por la que los estudios sobre la alimentación y la gastronomía peruana, desde una perspectiva histórica, han vuelto a recobrar significativa importancia es el ampliamente reconocido *boom* de su gastronomía. Otra razón

la constituye los nuevos enfoques historiográficos concernientes a la alimentación como expresión muy importante de la historia cultural de la humanidad.

Es necesario señalar que el estudio de la alimentación es fundamental para la comprensión de la evolución de la especie humana. En gran parte somos lo que somos, como especie, por lo que hemos comido y seguimos comiendo. Señalan los especialistas que los cambios adaptativos que ha sufrido la especie humana, a lo largo de su evolución. Han ido de la mano con sus cambios metabólicos y fisiológicos. Estos, a su vez, han sido impuestos por los cambios medioambientales —fundamentalmente climáticos— a nivel planetario que afectaron la producción y abastecimiento de alimentos, especialmente en su largo periodo inicial de nomadismo.

Hoy sabemos, porque estamos siendo testigos, como las nuevas costumbres alimentarias en el mundo están acarreando múltiples y graves problema de salud. Nuestro planeta corre graves peligros por la irracional acción humana en el medio ambiente, así como también la especie humana está comenzando a correr graves riesgos por costumbres dietéticas asociadas a una alimentación peligrosamente no sana. No debemos olvidar que la alimentación es clave de nuestra evolución.

Los estudios sobre la alimentación en el antiguo Perú y, en general, en las diversas etapas de su historia es un tema ya de relativa larga data, que se remonta a Hans Horkheimer, Eugenio Yacovleff y Fortunato Herrera, Arturo Jiménez Borja, Fernando Cabieses y Antonio Brack Egg. Actualmente existe una pléyade de estudiosas y estudiosos dedicados a esta temática, entre los que podemos mencionar a Maritza Villavicencio, Isabel Álvarez Novoa, Rosario Olivas Weston, Elmo León con su *14,000 años de alimentación en el Perú* y Sara Beatriz Guardia con *Cocina peruana. Historia, cultura y sabores*.

La cultura Mochica: ¿dos Estados, una cultura?

El Señor de Sipán fue un gobernante mochica, un Gran Señor (Ciec Qic) que, por esos avatares de la vida, murió relativamente joven —en verdad no tan joven para aquella época—, cuando tenía entre 45 y 55 años y, aunque se desconoce qué realmente produjo su muerte, los especialistas señalan que se puede afirmar que no fue producto de un acto violento.

El descubrimiento de este gobernante, rico y poderoso representante de una dinastía, expresión de una compleja y jerarquizada organización social, política y económica entre los mochicas, se lo debemos al arqueólogo peruano Walter Alva y su equipo de arqueólogos y trabajadores. Este acontecimiento arqueológico ocurrió en 1987, en Huaca Rajada, yacimiento arqueológico a 35 kilómetros al este de Chiclayo, en el distrito de Zaña, provincia de Chiclayo, región Lambayeque.

El hallazgo de la tumba real del Señor de Sipán fue comparado, y nada menos que por la revista *National Geographic*, con el descubrimiento de la tumba del faraón Tutankamon, realizada por el arqueólogo y egiptólogo inglés Howard Carter (1874–1939), el 4 de noviembre de 1922, en el Valle de los Reyes, cerca de la ciudad de Luxor, en Egipto. Al respecto, Walter Alva precisaba en una entrevista:

> “[…] La verdad es que hay ciertos paralelismos. Se trata de dos descubrimientos de tumbas intactas de gobernantes. Tutankamon era un faraón que gobernó una inmensa extensión de tierra a lo largo del Nilo. El Señor de Sipán regía un territorio más pequeño aunque también era inmensamente rico. Cuando uno lee la historia de Howard Carter se da cuenta además de que sufrió los mismos problemas que sufrimos nosotros: los saqueadores y las intromisiones de algunas autoridades. Hay, eso sí, una cosa que nos diferencia. Yo soy un peruano trabajando en mi pasado y Carter era un inglés que trabajaba en el pasado de otro país, del egipcio” (Vaquero, 2014).

Este descubrimiento, como señala el propio Alva, ha tenido, y tiene, especial significado, generando un interés muy grande en jóvenes arqueólogos. Por otra parte, al ser un proyecto a cargos de especialistas y trabajadores peruanos ha despertado un sentimiento de orgullo nacional de una sociedad que toma conciencia y reivindica su pasado.

En cuanto a los antecedentes de la cultura mochica, Walter Alva señala que los más antiguos se remontan a las primeras comunidades sedentarias del litoral, las que, hace 5000 años, ocuparon los oasis en la desembocadura de los ríos y se dedicaron a explotar el rico mar peruano y ciertos cultivos. Sabemos, señala el prestigioso arqueólogo, que las investigaciones han aportados datos que nos permiten saber que la sociedad mochica fue una compleja y jerarquizada organización que se extendió hasta la región de Piura por el Norte y Huarmey por el sur. Fue una sociedad basada en una organización política y económica de pequeños reinos o señoríos locales, probablemente ubicados en cada valle y desarrollada entre los años 100 y 700 d. C., es decir, un “estado multivalle”.

Un aspecto que someramente mencionaremos, pero que es importante tener conocimiento de ello es que las investigaciones arqueológicas han precisado la existencia de dos sociedades mochicas: una sureña (que abarca desde Chicama hasta Nepeña) y otra norteña (que integra los valles desde Piura en el extremo norte hasta Jequetepeque al sur). Según las investigaciones y propuestas de los arqueólogos estadounidense Christopher B. Donnan y su colega peruano Luis Jaime Castillo Butters estas dos sociedades corresponderían a dos entidades políticas diferenciadas: "Los Mochica del norte y los Mochicas del sur".

Al respecto, los mencionados arqueólogos precisan que las culturas precolombinas usualmente han sido definidas a través de conjuntos de objetos que comparten los mismos rasgos estilísticos, especialmente objetos cerámicos y, por supuesto, la cultura Mochica no fue la excepción. Muchos investigadores, incluidos Donnan y Castillo, pensaron en los mochicas como una sola entidad cultural. Lo que sucede, señalan ambos estudiosos, es que los primeros estudios sobre la cultura Mochica corresponden a la que se desarrolló en la región comprendida entre Chicama y Nepeña, es decir el Mochica-Sur. La arqueología de los valles de Jequetepeque, Lambayeque y Piura revelan la existencia de un, estilísticamente artístico, Mochica-norte. Como señalan Castillo y Donnan:

> "No fue sino hasta el descubrimiento y excavación de importantes evidencias de la presencia Mochica al norte de la pampa de Paiján que la uniformidad monolítica del fenómeno Mochica comenzó a desmoronarse. El caso mejor documentado a la fecha para el Mochica Norte es el desarrollo en el valle de Jequetepeque" (Castillo y Donnan, 1994: 30).

Cerremos esta breve referencia a aspectos generales de esta cultura norteña señalando que sus pobladores, físicamente, tendían a la robustez. Eran de regular estatura (entre 1.60 y 1.70 m), de amplio tórax y fornidas extremidades inferiores. El clima moderado y la abundante y excelente alimentación hicieron posible un buen índice de longevidad (Larco, 1945: 1). Este pueblo guerrero vivía, fundamentalmente, de la agricultura y la pesca. Grandes ingenieros hidráulicos vencieron, gracias al desarrollo de un complejo sistema de canales, a uno de los climas más secos del planeta. Construyeron edificaciones piramidales y fueron diestros maestros artesanos, muy especialmente en el campo de la cerámica.

Cerámica Mochica: las vasijas hablan

Uno de los grandes aportes culturales de los mochicas fue su maravillosa cerámica. En palabras de Walter Alva:

> "La cerámica es el más conocido y singular legado cultural de los mochicas. Hombres, divinidades, animales, plantas y complejas escenas fueron representadas por sus artistas, quienes explotaron las dos grandes vertientes del arte: la escultura y la pintura, bien a través de imágenes volumétricas o vasijas primorosamente decoradas a pincel" (Alva, 1998).

El minucioso estudio de las vasijas mochicas, según señala Alva, ha permitido precisar que el arte mochica no captó ilimitadamente todos los aspectos de su vida cotidiana. Plasmó, específicamente en sus ceramios ceremoniales (que son los que tienen especial significado estético), escenas significativas, acontecimientos, temas ceremoniales constantes y, probablemente, mitos y relatos que reflejan su concepción del mundo y para lo cual el maestro ceramista invirtió mayor cantidad de tiempo y trabajo, puesto que aumentaba el valor material y simbólico de su creación.

En cambio, la cerámica utilitaria, la que respondía a las necesidades de la vida diaria, fue funcional, sencilla, de poca decoración. Era, por lo general, de escaso valor artístico, elaborada en casa, en familia. Sin embargo, sabemos que también existieron talleres de maestros artesanos los cuales tuvieron que estar regentados por personal especializado. Estos talleres constituyen una expresión de la organización que alcanzó la producción alfarera entre los mochicas, entre los "maestros del barro" como los tipifica el arqueólogo peruano Henry Luis Gayoso Rullier.

Debemos tener en cuenta que tal como fue concebido en la mayor parte de la historia, arte es el saber hacer, es decir, un conocimiento práctico que da por resultado un determinado producto que responde a una necesidad o necesidades humanas y de allí que utilidad y arte no son excluyentes. Todo lo contrario, el arte es útil en esencia. Otra cosa es que el arte puede reunir cualidades estéticas, excepcionales en algunos casos, pero ni así pierde relación con su utilidad. De allí que tiene pleno sentido la pregunta que se hace Carmen Oliveras, según cita de Shirley Longan Phillips: "[…] más que preguntarse *«¿Qué es arte?», hoy sería más pertinente preguntarse «¿Cuándo hay arte?»"* (Longan, 2011: 75).

La estética antigua que entendió al arte como 'saber hacer' y tomó en cuenta el aspecto objetivo del mismo consideró los valores de realización y los tuvo por sinónimo de belleza.

Gracias a la cerámica ceremonial, que es la que realmente posee gran valor artístico, conocemos, como de ninguna otra cultura preinca, la vida cotidiana del pueblo mochica. Disselhoff en su hermoso y valioso libro *Vida cotidiana en el Antiguo Perú*, dice al respecto:

> "No obstante a que en tiempos del apogeo de las antiguas culturas clásicas del Perú la agricultura constituyó, sin lugar a dudas, la forma principal en la obtención de alimentos, las muchas pictografías sobre vasos de arcilla y en otros casos las representaciones modeladas de peces y animales de caza, como las figuras representando escenas cinegéticas y de pesca, testimonian la importancia que tuvieron estos animales en la alimentación de los tiempos florecientes. La carne de los animales domésticos jugaba un rol secundario. […] Solamente los conejillos de indias o cuyes, eran criados en toda casa de campesino por lo agradable de su carne.
>
> A juzgar por las pictografías ejecutadas en ceramios por la gente de Moche […] la caza de venado, con empleo de redes, debió ser un deporte elegante […].

La cacería de lobos marinos mediante mazas parece, en cambio, haber sido una práctica popular. Los mejores informes que tenemos sobre la pesca y la caza en el Perú —junto a la recolección de moluscos y raíces silvestres— […] están representados por las ya mencionadas pictografías sobre vasos de cerámica de la época clásica". (Diselhoff, 1971: 31).

Los ceramios moche han hecho posible conocer los aspectos más variados de su vida cotidiana. Saber, por ejemplo, qué y cómo cultivaban, pescaban cazaban, recolectaban aquello que le brindaban la naturaleza y que ellos aprovechaban para su alimentación. Cómo preparaban sus alimentos, en que vasijas los cocían, los servían, los conservaban. Qué técnicas de conservación empleaban. Cómo la alimentación guardaba relación con aspectos mágico-religiosos y ceremoniales o de ofrendas y cómo esto estaba relacionado con su cosmovisión, con su forma de ver este mundo y su vida después de la muerte.

Gracias a las vasijas mochicas tenemos también una imagen certera de la saludable población mochica:

> "La mejor documentación nos la proporcionan los cántaros mochicas que no nos muestran por ventura un pueblo pobre y subalimentado que hubiese mascado coca para engañar su sensación de hambre; pues representan personas y guerreros bien vestidos, a quien la coca les servía como elemento complementario y estimulante. Usada de esta manera, la coca no producía ninguna influencia perniciosa y, por el contrario, tenía cierto valor alimenticio, ya que a la cantidad de coca mascada se le añadía cal y otros ingredientes" (Horkheimer, 2004: 170).

Al plantearse el problema que la carencia de escritura entre los Mochicas y, en general, de las antiguas culturas del Perú (tema, por lo demás, bastante controversial), Karim Ruiz R. señala varios aspectos de la cultura Mochica que favorecen su conocimiento y comprensión. Uno de ellos es su arte, en especial su cerámica, caracterizada por su naturalismo y su compleja iconografía que ha permitido conocer su cosmovisión, sus rituales, su simbología mágico-religiosa así como también la vida cotidiana de los mochicas, tanto de sus diversos grupos populares como de los privilegiados. El naturalismo de sus huacos retratos nos acerca al poblador mochica, a manera de fotografías, expresando su estado de ánimo, sus actividades económicas e incluso actividades como la sexualidad, el parto, las prácticas médicas, etc.

Actividades económicas y alimentación

La alimentación está íntimamente imbricada con las actividades económicas de tipo primario en la medida que ellas tienen que ver con el aprovechamiento de los recursos que brinda la naturaleza, los cuales, en gran parte, son destinados a la alimentación. Esto nos lleva a tener que hacer concisa referencia a cómo estas se desarrollaron entre los mochicas.

La agricultura

Esta actividad económica constituyó la de mayor relevancia en la configuración del sistema económico mochica. Esta cultura fue fundamentalmente una sociedad agrícola.

La agricultura mochica estuvo condicionada por la configuración desértica de su medio, por el clima (consecuencia de la corriente peruana o de Humboldt), por sus ríos de régimen irregular, por el relieve y la presencia de bosques, en aquellos tiempos muy numerosos y que impusieron limitaciones para el aprovechamiento

de una agricultura extensiva, obligando a los pobladores mochicas a sacar el máximo provecho de las zonas planas inundables de las márgenes de sus ríos, de las laderas y de las elevaciones. Los bosques de algarrobo, molle, chilco y espino les proporcionaron material para sus construcciones (vigas y dinteles de madera) y leña para la cocina. Esos bosques permanecieron hasta fines del siglo XIX (Deza, 2005: 66).

Los mochicas fueron herederos de un rico pasado cultural que hunde sus raíces hasta un poco más de diez mil años atrás, y que fue la base para enfrentar, con eficiencia, los desafíos que la naturaleza ofrecía u lograr una muy bien desarrollada agricultura, gracias, entre otros factores, al dominio sobre las aguas a través de una excelente ingeniería hidráulica: canales, acueductos, reservorios. Como testimonio de dicho desarrollo tenemos el canal La Cumbre de 110 km de longitud, el Acueducto Ascope (actualmente llamado San Antonio), de 1.3 km de longitud, ambos en Chicama; el canal El Moro (12.77 km de longitud), en el valle de Moche; y la represa San José. La importancia del dominio del agua es tal que asegura la existencia de las poblaciones. Quien domina el agua, posee el poder.[2]

Otros factores para este excelente desarrollo agrícola lo tenemos en los sistemas de trabajo de la tierra, la fabricación de instrumentos para el trabajo de la misma, la utilización de guano proveniente de las islas de Chincha (Campana, 1994: 7, 9), la selección genética de plantas de mayor rendimiento, los centros experimentales agrícolas, como el de Guadalupito, en el valle del Santa (Campana, 1994:78). En pocas palabras: alta tecnología agrícola.

Más adelante, al tratar de la alimentación y la cocina mochica nos referiremos a los productos vegetales que cultivaron y que emplearon para su alimentación, para la preparación de los platos de los cuales se servirían los mochicas, ya Señores o Grandes Señores como sus humildes pobladores.

---

[2] "[…], lo más asombroso del desarrollo cultural mochica fue su infraestructura hídrica. En una costa tan árida y con tan poco tierra cultivable, los antiguos norteños fueron tejiendo canales que vincularon de manera progresiva prácticamente todos los valles de la costa norte, ganando amplios espacios para el cultivo y creando un gran oasis que iba desde el valle de Chicama hasta el de Motupe, un espacio que hasta principios de la república peruana, 1840 aproximadamente, fue conocido como «valles» y cuyo centro fue, sin duda Lambayeque. […] (Aldana, 2006: 313- 314).

Pesca y recolección

Los mochicas, hijos del mar y del desierto, tuvieron en Mamacocha a su deidad dadivosa y protectora, dispensadora de tantos y tan variados recursos. La Pachamama, también generosa, sin embargo, les obligaba a enfrentar desafíos que ellos supieron enfrentar con inteligencia y voluntad, tal como lo hemos señalado, y así poder disfrutar los frutos que ella le brindaba.

El mar peruano, uno de los más ricos de nuestro planeta, a la vez que facilitaba la extracción de peces y otras especies, exigía denodados esfuerzos para enfrentarlo, constancia para aprovechar su rica fauna, que atesora cantidad y variedad de peces, mamíferos marinos, moluscos y crustáceos. Así como también, el poder aprovechar del guano que las aves marinas, que surcan su espacio, depositan en islas costeras y que se acumula debido a la inexistencia de lluvias, salvo esa minúscula precipitación pluvial conocida como garúa. Ese abono, tan rico en nitrógeno, tan importante para fertilizar sus campos de cultivo lo obtenían de lugar tan alejado como lo eran las islas de Chincha.

En la alimentación la ingesta de proteína es fundamental. Su consumo deficiente trae graves consecuencias en el desarrollo mental y físico de los seres humanos. Sabemos que las proteínas están compuestas de aminoácidos no esenciales, sintetizados por el propio organismo humano, y de aminoácidos esenciales que tienen que ser asimilados a través de la alimentación, básicamente con el consumo de carne y pescado (Antúnez de Mayolo, 1981: 142). Los pobladores mochicas adquirían estas proteínas a través del consumo de pescado y de carne procedente de cuyes, llamas, venados, lobos de mar. La llama, cuya domesticación, según pruebas arqueozoológicas y de ADN, se remonta a seis mil años atrás, en los Andes centrales del Perú, constituyó una valiosa fuente de proteína animal en la dieta de las distintas clases sociales de la población mochica.

Como señala Fernando Cabieses, entre los pueblos del Perú prehispánico no se tomaba leche (aparte de la materna, que era consumida por un periodo largo de hasta dos años), ni huevos, que siendo alimentos ricos en proteínas. Sin embargo, eran bien suplidos por la ingesta de leche materna y de carnes de mamíferos, aves y pescado, además de algunas plantas ricas en dicho nutriente como la quinua, la cañihua y la kiwicha o achita (Cabieses, 1995: 135).

Las vasijas mochicas no solo señalan lo que del mar extraían sino también la tecnología pesquera que lograron desarrollar para llevar a cabo las faenas pesqueras y recolectoras. Empleaban embarcaciones de corteza o totora. En cuanto a la utilización de madera para la construcción de estas, existe la opinión que esto no fue posible debido a la ausencia de bosques, pero ya hemos señalado que ello no es cierto, por lo que esa posibilidad debió darse. Al respecto, el arqueólogo Gabriel Prieto Burmester precisa:

> "Muchos autores han enfatizado la ausencia de madera a lo largo de la costa peruana como una de las causas para que no se haya inventado o utilizado embarcaciones de ese material en tiempos prehispánicos (Lothrop, 1932; Means, 1942; Rostworoski, 2004). Obviamente, este es un factor limitante. Sin embargo, no debemos olvidar que hace unos siglos, en la costa peruana, abundaban bosques de algarrobo, espinos y una serie de árboles frutales. A juzgar por algunos artefactos y elementos arquitectónicos arqueológicos como vigas o dinteles de madera que han sobrevivido hasta nuestros días, estos árboles fueron lo bastante altos y anchos como para ser utilizados en la construcción de embarcaciones. […] (Prieto, 2016: 146).

Los mochicas utilizaban varios tipos de embarcaciones. Uno de ellos era el "caballito" de totora, denominado por ellos Stup (Campana, 1994:70), de uso individual y que utilizaban con gran destreza. Eran empleados para salidas cerca de la costa (Larco, 2001: 328-329). Las había también para dos personas, una en la proa y la otra en la popa. Además, contaban con otras de mayor tamaño, para un mayor número de ocupantes y utilizadas tanto para la pesca como también como medio de transporte, como cuando con dichas embarcaciones navegaban hacia las islas de Chincha para obtener guano (Horkheimer, 2004: 83).

En cuanto a los remos utilizados para impulsar y dirigir sus embarcaciones, empleaban cañas de Guayaquil o madera liviana.

Para la captura de peces, utilizaban anzuelos, con pequeños cantos rodados en lugar de plomo, redes redondas con flotadores (denominadas caytel), redes en forma de bolsa. Empleaban arpones con punta triangular para la caza de lobos marinos (también de peces corpulentos) complementados con el uso de mazas, debido a que la caza de tan pesado animal, como lo era el lobo de mar, no era nada fácil y había que ultimarlos a mazazos.

Otro aspecto digno de destacarse en la tecnología pesquera mochica es la piscicultura o crianza de peces en estanques. Fue el caso de la crianza de la lisa. Al percatarse

los pescadores mochicas de que las lisas desovaban en el mar pero que podían vivir en lagunas cercanas a las orillas del mar, procedieron a su crianza en estanques construidos por ellos (Campana, 1994: 68).

El excedente de peces extraídos, una vez cubiertas sus necesidades, era destinado al intercambio comercial. Para ello practicaban la conservación de los peces mediante la técnica del salado.

Actividad complementaria a la pesca fue la recolección de mariscos, moluscos y crustáceos, marinos y terrestres: estrellas de mar, conchas de abanico y negras; choros, calamar común (*Loligo gahi*), calamar gigante o pota (*Dosidicus gigas*), pulpos, langostinos, almejas, poliplacóforos, llamados barquillos o quitones; pepinos de mar o ancocos, cangrejos de mar y río, caracoles de mar y tierra, camarones marinos y fluviales, etc.

En cuanto a la recolección de caracoles, debemos señalar que ellos no solo eran para la alimentación sino también servían como ofrenda (Golte, 1985). Es el caso también del Strombo (empleado como instrumento de viento) y de la conchas de puntas (Spondylus pictorum), moluscos de climas cálidos que están representados en las vasijas mochicas ya como instrumentos de viento o como vasos votivos. Lo propio pasaba con las conchas de abanico. Todos esos moluscos, por ser raros, eran empleados como ofrendas funerarias (Larco, 2001: 332–333).

La caza

La caza, al igual que la pesca y la recolección, es una actividad que acompaña al hombre desde sus orígenes. Por mucho tiempo el hombre fue un cazador nato que competía con otras especies, mucho más fuertes y veloces que él, pero a las que, en relativamente corto tiempo, superaría cuando como *animal laborans* adquiere su identidad humana. En palabras de Frederic Engels, el trabajo transforma al mono en hombre.

El trabajo supone la fundación de un mundo artificial que nos libera del proceso de la naturaleza. Trabajo y cultura forman una asociación indisoluble.

El hombre no fue un simple cazador sino que, producto del trabajo, fue disponiendo de un instrumental variado que le permitió enfrentar no solo a especies animales,

sino enfrentar, en general, a la naturaleza. La tesis del hombre cazador llevó al estadounidense Robert Ardrey a sostener que el hombre es hombre, y no un chimpancé, porque durante millones y millones de años ha matado para vivir. Dejemos esta digresión.

La caza implica, básicamente, aunque no en forma exclusiva, una actividad económica proveedora de alimentos. También ha sido, a través de los tiempos y de las más variadas culturas, una actividad lúdica o deportiva, propia, por lo general, de los sectores altos de las sociedades. Estas dos manifestaciones se dieron entre los mochicas como lo atestiguan las representaciones en sus vasijas, especialmente en las que se aprecia la caza de venados, considerada uno de los rituales más representados en su cerámica. Allí se aprecia que dicha actividad era practicada por miembros de la nobleza trajeada con indumentaria semejante a la de los guerreros, por lo que se deduce que dicha caza era con el objeto de obtener venados con la finalidad de ofrendarlos a sus dioses. Algo similar fue la caza de lobos de mar, la cual cumplía funciones ceremoniales y mágico-curativas. Los curanderos moches atribuían a unas piedras conocidas como "bezoar", que existían en el estómago de este mamífero marino, poderes curativos.

Los cazadores mochica, que a decir de Larco Hoyle, en habilidad son comparables con los actuales esquimales, utilizaban porras, lanzas, estólicas de madera que impulsaban dardos de filudas puntas de cobre y saetas lanzadas a manera de jabalinas. Manejaban, también, la maza o porra para ultimar a sus presas cuando ya estaban acorraladas en redes, las cuales eran de una sola entrada.

Para la actividad de la caza como deporte señorial contaban con dos animales auxiliares. Uno de ellos era el perro con pelambre. El perro sin pelo, llamado en lengua muchik o tallan "viringo" (desnudo) no era apto para la cacería debido a que su dentadura era incompleta, frágil. El otro, el adiestrado cernícalo, un "falcónida feroz".

Probablemente los mochicas practicaron una especie de chaco, a semejanza del realizado por los incas. Al parecer, con sentido previsor, los mochicas trataban de cazar solo animales machos (Larco, 2001: 318).

Los mochicas habían domesticado ciertos animales, algunos de los cuales eran aprovechados no solo por su carne sino también, como en el caso de la llama,

como animal de carga e incluso como medio de transporte humano. Asimismo, estaba domesticado el perro, amigo del hombre, tanto así que uno de los seres sacrificados para acompañar en la otra vida al Señor de Sipán fue un perro, de aquellos con pelaje corto y manchado que, como ya hemos mencionado, estaba asociado a actividades de cacería.

El mercado

Como la actividad comercial mochica estaba basada en el trueque, sus mercaderes eran realmente "trocadores" (Campana, 1994: 113). Ellos ofertaban sus productos en mantas tendidas sobre el suelo. No solo intercambiaban productos alimenticios, sino también tejidos y artículos suntuarios producto de la fina orfebrería moche.

Es importante señalar que el establecimiento de mercados exigía, necesariamente, la construcción de vías de comunicación, tanto longitudinales, para interconectar los valles, como intravalles, para conectar cada uno de ellos con sus poblados. A esto Campana lo denomina "control longitudinal" (1994: 20).

El trueque, que en un principio se basó en el intercambio de productos para el sustento de los miembros de una misma aldea o de una familia extensa, fue ganando en complejidad al intercambiarse productos provenientes de regiones distantes, sea de manera directa entre los productores o a través de intermediarios especializados (caefario, en lengua muchik). Se hizo imprescindible medidas de cambio y unidades comparativas. El ají, la sal, piedras semipreciosas, mullu (*Spondylus sp.*) —el oro rojo de los antiguos peruanos— se convirtieron en los primeros valores de trueque, adquiriendo un valor agregado por el uso y la demanda (Deza. 2005: 100).

La muerte y el más allá entre los mochicas

Para los mochicas la muerte no era el final de la vida. Los muertos seguían siendo seres vivientes que emprendían un nuevo viaje. Mejor sería decir que continuaban el viaje que se había iniciado al momento de nacer y que continuaba previo descenso al interior de la Pachamama (uku pacha), que tan generosamente los había acogido. La vida y la muerte la concebían como una unidad eterna, es decir, el eterno retorno humano, diferente a la concepción del reencarnamiento o de la otra vida antes y después del "juicio final" cristiano.

> "Los difuntos iban al seno de la tierra y regresaban, no concluía su existir. Pasaban a un estado diferente. El mayor castigo que se podía aplicar a un hombre era no ser sepultado para que lo devorasen las fieras y perdiese su cuerpo, entonces sí definitivamente terminaba su circularidad[3] eterna, no volvería, no visitaría a sus familiares y comunidad, jamás regresaría" (Deza, 2005: 75).

Era tan solo un tránsito hacia una nueva vida. Esto, válido entre los mochicas, lo fue entre todos los habitantes de las diversas culturas del antiguo Perú y, en general, en toda la humanidad. En una entrevista muy interesante que le hiciera Carlos Paz Ríos al Dr. Fernando Cabieses, el connotado científico peruano señalaba:

> "El hombre primitivo ponía comida en la tumba de un congénere porque creía que había una vida después de la muerte. Este es un aspecto que diferencia a los humanos de los animales. El hombre tiene un concepto distinto del cadáver. Lo entierra, le pone una flor y comida al lado. Así lo hicieron los antiguos peruanos, porque después de abrir una tumba se encontraban restos de los alimentos que comían en vida. Por otro lado, la tónica de examen de los restos humanos ha avanzado tanto en los últimos 40 años, que si usted encuentra un pedazo de hueso de un esqueleto, los especialistas le dirán cuál era la dieta del dueño de ese esqueleto. Además, la cantidad de alimentos insolubles que se depositan en los huesos revelan la fuente de alimentación de ese esqueleto". (Paz Ríos, 2015: 82).

Esa otra vida parece —y en realidad es solo una apariencia— que solo estaba concebida para los privilegiados en la vida terrenal previa a la del más allá. Según la cosmovisión mochica, después de la muerte, los hombres seguían viviendo en otra esfera del mundo, pero con el estatus socio-económico que en la vida terrenal habían tenido y, por lo tanto, con las mismas obligaciones, privilegios, cargas. De allí que para un miembro de la servidumbre real era un privilegio seguirlo siendo en la otra vida. Esto era reflejo, en el acá y en el más allá, de la marcada diferenciación social mochica.[4] Theresa Topic señalaba la existencia de por lo menos tres tipos de enterramientos correspondientes a grupos sociales diferentes, desde los más simples, con exiguas ofrendas, pasando por sepulturas, llamémoslas intermedias,

---

[3] "En el mundo andino, el concepto central es la circularidad. El tiempo es un círculo vertical que gira: un hecho retornará y el pasado va camino al futuro. Cuando el hombre deja su comunidad para viajar al mundo de los mallquis, ya está en camino de regreso; por eso la muerte, tal como se la concibe en Occidente, no existe" (Deza, 2005: 27 – 28).

[4] "La sociedad mochica estuvo dividida en segmentos sociales diferenciados con ocupaciones definidas y, por consiguiente, con entierros también distintos basados en la riqueza de sus ajuares y la elaboración de los recintos. Los fardos funerarios incluían ropas y mantas nuevas, alimentos, y adornos que variaban según la jerarquía de la persona muerta" (Guardia, 2002, p. 23).

con un ajuar funerario mayor; hasta los más suntuosos, destacando, entre ellos, el del Señor de Sipán, quien contó no solo con innumerables ofrendas, sino con la oblación de ocho personas y tres animales[5].

Como la vida del más allá era a semejanza de la terrenal, existía la necesidad —para los miembros de la élite— de entierros suntuosos, ostentosos para nuestra mentalidad, pero simple entierros según la cosmovisión de ellos, con todo lo que habían tenido en el más acá para ese más allá que se iniciaba con la muerte física, los preparativos para el entierro, los funerales, el reposo de los restos en tumbas especialmente acondicionadas para el viaje hacia esa nueva otra vida que los esperaba. En esto hay gran semejanza con las tumbas de los faraones.

Esos entierros lujosos, aquí como en Egipto, propiciaban la búsqueda y el saqueo de dichas sepulturas por aquellos que veían en ello una excelente fuente para ganarse algo de dinero. Para desgracia de la arqueología y la historia en general, esto representaba la pérdida de grandes manifestaciones artísticas y, lo que es más grave, de un mejor conocimiento de nuestro pasado. Por ello, resulta importante haber encontrado la tumba real del señor de Sipán aún no devastada por los huaqueros. Eso se lo debemos al arqueólogo peruano Walter Alva, quien en 1987 reveló al mundo, su sorprendente hallazgo que cambió fundamentalmente nuestro entendimiento sobre los mochicas. Por primera vez, el entierro de uno de sus gobernantes mostraba al mundo toda la magnificencia mochica, brindando a la ciencia inestimable información para reconstruir su historia. Gracias al minucioso estudio llevado a cabo por Alva y su equipo, sabemos que el Señor de Sipán fue sepultado hace 1700 años en un ataúd de madera con todos los bienes que utilizó en vida y que debían acompañarlo a la eternidad, junto a sus tres jóvenes esposas, un niño, un jefe militar, un portaestandarte, un sirviente, el soldado guardián de la tumba, dos llamas y un perro.

Alva y su equipo han descubierto hasta diez tumbas de diferente jerarquía y tiempo, asociadas a las seis fases constructivas del mausoleo real: un sacerdote, jefes guerreros y también otra tumba real más antigua e igualmente suntuosa, llamada del "Viejo Señor de Sipán".

---

[5] "El sacrificio de animales constituye uno de los componentes de las interacciones del hombre con el mundo animal. Los datos arqueológicos y etnohistóricos para los periodos prehispánicos del Perú testimonian numerosos sacrificios de animales, particularmente de camélidos. A pesar de los numerosos descubrimientos arqueológicos y de las descripciones que se han hecho —como ocurre en Sipán (Alva y Donnan 1993)—, los estudios sobre el sacrificio animal en la cultura Mochica son escasos y el tema no ha sido objeto de ningún análisis sistemático" (Goepfert, p. 231).

¿Qué comía el Señor de Sipán? Platos mochicas

Sabemos actualmente, en gran parte debido a la cerámica, qué alimentos formaban parte de la dieta mochica. Hoy, gracias a investigaciones altamente especializadas, estamos al corriente de qué productos, tanto del mundo vegetal como animal y mineral, formaban parte de la alimentación mochica. Asimismo, que su alimentación era nutritiva y muy bien balanceada[6].

Los mochicas fueron grandes consumidores de peces, moluscos y crustáceos, tanto del mar como de los cursos fluviales e incluso estanques. Aprovecharon especies marinas como langostas, lenguados, corvinas, palometas, peces ojo de uva, sardinas, pejerreyes, lifes[7] (*Trichomycterus nunctulatus*), tortugas marinas, calamares, pulpos, cangrejos, conchas blancas y negras, erizos, langostinos, meros, bonitos, cojinovas y cabrillas, lisas plateadas, chitas, cabinzas, tollos y guitarras. Como señala Luis Guillermo Lumbreras: *"La alimentación de los pueblos costeños era dominantemente marina, por tanto, basada en proteína animal, es decir, en carnes y grasas de mamíferos, peces y mariscos"* (Lumbreras, 2010: 95).

En cuanto a recursos del reino animal procedentes de la tierra y del aire, destacan en la dieta mochica animales como el venado andino, la llama, seis variedades de patos silvestres, algunas de las cuales domesticaron; el corequenque, del cual aprovecharon su carne y su plumaje; la pava aliblanca, caracoles de tierra, rana, cuy, sajino, camarones, paiche.

Mención aparte hago del perro porque, por lo general, no se le menciona entre los mamíferos domésticos consumido por los mochicas. Sin embargo, el arqueólogo Nicolas Goepfert presume que entre los mochicas sí se dio la cinofagia.

"Dogs are the second most common mammals and were identified in 15 tombs. Most of the bones are identified as domestic dogs (*Cans familairis*) and include complete bodies or specifics parts usually the mandible (Goepfert, 2011). Eight of the 15 graves contained a skull and mandible. As with the llamas, dog skulls

[6] "[…] la nutrición en el antiguo Perú era balanceada, que llegaron a cultivar plantas como la quinua y la cañihua de alto valor nutritivo, el régimen de producción, distribución y conservación de alimentos era un aspecto, que dudamos haya en la actualidad un país que se acerque a éste sabio sistema (Guzmán, 1955, p. 47)

[7] El life (*Trichomcterus sp.*), es un pez de agua dulce, pequeño (entre 12 y 19 cm) cuyo hábitat son los ríos, acequias y humedales. Hasta el día de hoy es muy apreciado en la culinaria norteña.

are symbolically important but have little meat. This again raises questions about the use of the rest of body. The presence of dog remains in domestic context at Moche (Pozorski 1976; Vásquez Sánchez et al, 2003) suggest that the mochicas ate dogs" (Goepfert, 2015: 110).

Del mundo vegetal, cultivaron una gran variedad de tubérculos, verduras y cereales como la papa, el camote, el maíz, el olluco, la arracacha (cuya domesticación precedió a la de la papa), el zapallo, la caigua, el tomate silvestre, frejoles y pallares, la yuca, ajíes y rocotos. Entre las frutas, destacan la chirimoya, la lúcuma, el pacae, el camu camu, la tuna, las moras o uvillas, la granadilla silvestre, la cocona, el mamey, las fresas silvestres, el tumbo, la guanábana, el ciruelo del fraile o cansaboca u orré, etc. Larco Hoyle, en el tomo I de su libro *Los mochicas* incluye un cuadro de los principales cultivos mochicas —más de 25 plantas—, con sus respectivos nombres científicos y vulgares (Larco, 2001: 263).

En cuanto a saborizantes, emplearon la sal, proveniente de las salinas de la costa norte peruana, la menta y la apreciada pimienta de molle

Los mochicas se complacían con el delicioso maní, con chichas, mieles y dulces deliciosamente combinados con camotes, yucas y cereales. Todo esto y mucho más está perfectamente testimoniado en la iconografía de los ceramios Moche.

La base de la alimentación mochica era el maíz, el infaltable choclo peruano, el cual representaba un 60 % de la alimentación moche. La ingesta copiosa de este contundente cereal explicaría la excelente estructura ósea de los mochicas, pues dicho alimento les proporcionaba un 20 % de carbono para la protección ósea (Campana, 1994: 55).

Sabemos que es cierto que el Dr. Fernando Cabieses, acompañado de su esposa, talentosa cocinera, y del curandero Salomón Melchor, recreó nada menos que un banquete prehispánico peruano. Ello fue posible gracias al profundo conocimiento que el Dr. Cabieses tenía sobre la alimentación en el antiguo Perú, tema al cual dedicó diversos estudios como *Cien siglos de pan: 10,000 años de alimentación en el Perú*, *La papa, tesoro de los Andes*, entre otros. En la mencionada entrevista de Paz Ríos al Dr. Cabieses, el prestigioso médico e historiador peruano señala, con respecto a los productos alimenticios del antiguo Perú, lo siguiente:

> "Los estudios estratigráficos hechos en el templo del Cerro Sechín muestran abundantes depósitos de excretas de cuy en el primer periodo de la cultura Paracas, denominado Cavernas, así como los pellejos y huesos de cuyes enterrados con restos humanos en las tumbas de las principales autoridades y señores de las culturas preincaicas. Los huacos mochicas y vicús me mostraron la importancia del cuy en la alimentación del antiguo poblador peruano. Los huacos también me revelaron que hace más de dos mil años, en la mesa del gobernante moche, había langosta, lenguado, palometas, corvinas, sardinas, pejerreyes, tortugas marinas, calamares, pulpos, cangrejos, conchas blancas y negras, erizos, langostinos, chitas, tollos y guitarras, que hasta hoy se encuentran en el mar. Así como también se encuentra hoy, como hace miles de años, la papa, la oca, el olluco, la yuca, el maní y el camote. También sobre la Tierra permanece en producción latente el maíz, la palta, el tomate, el ají, el rocoto, el pallar y frijol. Y también hay llamas, patos silvestres, venados, perdices y conejillos. Amén de frutos deliciosos como las lúcumas, guayabas y chirimoyas, y hierbas aromáticas como la muña, el sacha orégano y el huacatay. Se sigue produciendo quinua y creo que hoy más que antes el tarwi, la cañihua y otros cereales" (Paz Ríos, 2015: 84)

Y qué sabemos acerca del menaje de cocina y mesa. Como señala Antúnez de Mayolo:

> "Las elaboradas prácticas culinarias creaban la necesidad de fabricar utensilios (huayccunaccuna) de formas, tamaños y texturas distintos, adecuadas a los fines y cuya composición química y granulométrica tuvo que ser apropiado incluso a los choques térmicos, el poder lograrlo supuso el dominio de una alta técnica cerámica" (Antúnez de Mayolo, 1981:116).

Disponían los mochicas de fogones alimentados por leña procedentes de sus bosques. Asimismo, contaban con vasijas de barro para la preparación de sus alimentos, así como para su conservación y servido en sus mesas: cuencos, vasijas de boca abierta, cántaros globulares y ovoides. También utilizaban estas vasijas para preparar, conservar y servir sus bebidas, de los diversos tipos de chicha que preparaban y consumían, como eran tinajas para su preparación y conservación, y cántaros para servirla. Se comía en platos vegetales, mates (*Lagenaria sucuraria*) y con cucharas de arcilla semejantes a la valva de un choro, como se aprecia en sus ceramios.

En cuanto a platos de la mesa mochica, la carne de patillo la condimentaban con ají molido maní y era acompañada con camote asado. También soasaban la carne del patillo con ají y sal y lo consumían soasado.

Para la preparación e ingesta de caracoles de tierra, estos eran recolectados en los meses invernales con predominio de bruma y neblina que humedecían cerros, laderas, troncos. La preparación para su consumo comenzaba cuando se les espolvoreaba maíz, tierno o seco (previamente molido) para que los caracoles excretaran la tierra. Después eran colocados en recipientes en agua hirviente con sal y extraídos, pasado unos minutos, para sacarles la carne de su caparazón y así estar aptos para su consumo, lo que se hacía untándolos con ají molido y acompañados de maní y chicha (Campana, 1994: 74).

Otros platos que formaban parte de la alimentación mochica eran el pato con maní, el cañán[8] con camote, cecinas soasadas con yuca y ají y la infaltable, hasta hoy, "huatia", que se preparaba en horno artesanal de barro calentado con leña. Ya caliente el horno, se colocaba carnes, papas, choclos y camotes entre otros productos, envueltos en pancas u otras hojas. Las hierbas aromáticas proporcionaban agradable y provocador olor.

El ají era el acompañante casi infaltable de los platos mochicas.

En una buena mesa, para que sea completa, no pueden faltar las deliciosas frutas, tan ricas en vitaminas, las bebidas y los siempre apetecidos postres.

Entre las frutas que acompañaban la mesa mochica destacaban la chirimoya, la lúcuma, el pacae, el camu camu, la tuna, las moras, la granadilla silvestre, el tumbo, la papaya, la guayaba, etc.

Y, por supuesto, tampoco podían faltar las bebidas. Pero antes una pequeña digresión. Señala Cabieses que entre los antiguos peruanos no existía la costumbre de ingerir agua pura y que solo lo hacían en caso de emergencia por lo que el consumo del vital elemento lo hacían bebiendo chicha y sopas (Cabieses, 1995: 253). Las bebidas servidas en la mesa mochica eran elaboradas utilizando maíz, maní y molle con los cuales se preparaba la deliciosa chicha (Campana, 1994: 55). Además de su función alimenticia y de delectación, cuando se le consumía fermentada, también era empleada con un fin mágico-ceremonial.

[8] El cañán (*Dicrodon guttulatum*) es un pequeño reptil, que habita y se reproduce en los arenales donde existen algarrobos, especialmente de la costa norte del Perú. Sigue consumiéndose a pesar de estar en peligro de extinción.

Para sus dulces los mochicas disponían de mieles, para preparar dulces con camotes, yucas y cereales.

Alimentación y diferenciación social siempre ha estado presente a lo largo del tiempo y de las más variadas culturas de toda la humanidad. La cantidad y variedad de alimentos en la mesa de los mochicas era claro signo de ese contraste social. No solo era cuestión de cantidad y variedad, sino también de calidad de lo que se comía. En la mesa de los privilegiados era mucho mayor el consumo de carne y pescado, ricos en nutrientes fundamentales como las proteínas. Pero también era mayor el consumo de chicha.

Todo esto no son simples elucubraciones de los especialistas en el tema, sino que se testimonia en la cerámica mochica:

> "[…] en una «exposición» de viandas que aparece representado en una vasija mochica; dibujo en el cual pareciera que los señores intercambian potajes, y que estos caminan. Es indudable que algunos elementos destinados sólo a sacerdotes y dignatarios, fueron traídos desde lejos, como la quinua, oca, «coyo» o quihuicha, o algunas frutas exóticas en aquellos tiempos"(Campana, 1994: 56).

Cerremos esta breve incursión tratando de aproximarnos a lo que fue la alimentación en tiempos del Señor de Sipán refiriéndonos a lo que sabemos acerca del horario de las comidas.

El horario de sus comidas estaba condicionado por las jornadas laborales, como ha ocurrido desde siempre, y lo sigue haciendo. Los trabajadores mochicas, especialmente campesinos y pescadores, iniciaban su jornada laboral muy temprano, entre las cinco y seis de la mañana. Por ello el "desayuno", o comida matutina, se iniciaba antes del inicio de la jornada laboral matinal y era muy consistente, a base de maíz, pescado o carne seca. En horas de la tarde, al regresar de la faena laboral diaria, la clase trabajadora mochica y su familia tenían una segunda comida, similar a la matutina. Entre ambas comidas debió haber una intermedia, a manera de nuestro almuerzo, en un momento de descanso de la jornada laboral y en el lugar donde se estaba laborando, con alimentos y bebidas que habían llevado cuando partieron para iniciar la jornada de trabajo, que es lo que ocurre en las sociedades agrarias, donde suele participar gran parte de cada familia.

Alimentación, ceremonial funerario y política

Un aspecto de gran significado en los estudios arqueogastronómicos es el concerniente a la diferenciación entre comidas diarias y excepcionales. Se ha dedicado una amplia investigación sobre la del segundo tipo, especialmente entre estudiosos europeos y estadounidense acerca del Viejo Mundo. En cambio, deja aún mucho que desear los estudios en el área prehispánica peruana y, en general, andina, porque, entre otras razones, exigen personal altamente especializado, tecnología muy sofisticada y mucho dinero.

Para referirse a las "comidas excepcionales" los especialistas utilizan los conceptos "festín" y "banquete", entendidas "[…] como una forma de actividad ritual centrada en el consumo colectivo de alimentos y bebidas […]" (Goepfert, 2018: 332). Sin embargo, Nicolas Goepfert y Walter Alva cuestionan el uso de dichos vocablos aplicados al mundo prehispánico peruano, en especial al mundo mochica, por razones fundamentadas en el profundo conocimiento que ellos poseen sobre dicha cultura y sobre la tumba del Señor de Sipán y sus cuatro repositorios de ofrendas, los cuales forman parte de la misma unidad arqueológica y arquitectónica (Goepfert, 2018: 334). En remplazo de "festín", para el caso Mochica, los mencionados investigadores consideran más adecuada la expresión "comida ritual" para hacer referencia a la "comida funeraria" (tradición de larga data en la historia peruana) realizada durante los "festejos" funerarios del Señor de Sipán.

Esta "comida ritual", con motivo de las exequias del Cieq de Sipán, constituye un valioso testimonio tanto en lo que concierne a la comida mochica como a lo jerarquizada que fue dicha sociedad. Alimentación y diferenciación social, como hemos señalado, siempre han estado asidos de las manos, en todos los tiempos y culturas.

El estudio de los restos óseos de llamas hallados en la tumba del Señor de Sipán y sus cuatro repositorios de ofrendas permiten saber que de dichos mamíferos se consumían las partes más carnosas, pero también la médula y los intestinos (denominados por Goepfert y Alva "productos derivados"), todos ricos en proteínas. Asimismo, esto testimonia las técnicas de desarticulación y descuartizamiento practicadas por los encargados de beneficiar estos mamíferos y por los cocineros mochicas encargados de preparar los alimentos.

La preparación de una comida implica la cocción de los productos que se emplean para ella, tanto los de origen animal como también los vegetales. La citada tumba brinda información valiosa al respecto. Como en los restos óseos de las llamas consumidas hay ausencia de quemado, Goepfert y Alva precisan que para cocer sus alimentos los mochicas emplearon técnicas como el sancochado y el estofado, este último más conocido como pachamanca, cuyo orígenes se remontan al precerámico (Goepfert, 2018: 339).

Lo aparatoso de estas "comidas excepcionales" (tal vez no solo privilegio de los Cieq, sino también de los altos funcionarios sacerdotales y militares) se refleja en lo que han podido calcular Goepfert y Alva acerca de la cantidad de carne de llama consumida en los funerales del Señor de Sipán. Según sus cálculos, si se dispuso de diecisiete llamas, los kilos de carne que consumieron los asistentes a dicho ceremonial fue de 197, lo que permite, a su vez, hacer un cálculo aproximado del número de comensales que pudo haber sido 658 si se considera una ración única de 300 gramos por convidado. Sin embargo, el número de concurrentes pudo ser mayor, un poco más de 1300 personas, si la ración consumida fue de un promedio de 150 g.

De los estudios de Goepfert y Alva podemos concluir que estos "mandones" mochicas podían darse el lujo de disponer de tantos kilos de carne consumidos, probablemente, en un solo día y en una sola ración. Ostentoso consumo de un producto alimenticio que para las familias de los sectores populares no era de fácil disposición en sus comidas diarias ni tampoco en las que, probablemente, llevaban a cabo en caso del fallecimiento de uno de sus integrantes.

Otro aspecto de gran significación es la función metafuneraria que cumplían esos banquetes o "comidas rituales". Eran eventos que encubrían un papel político propagandístico testimonial de hegemonía socioeconómica y política, independientemente de si los asistentes solo eran miembros de los grupos privilegiados "metropolitano" y, probablemente, gobernantes y funcionarios de los distintos "estados multivalles" lambayecanos. Eran testimonial de reafirmación de la hegemonía de la dinastía que ostentaba el poder: "En este sentido, una comida de carácter político que reúne a las principales autoridades del sitio puede ser una hipótesis más plausible" (Goepfert, 2018: 343). Esto tiene que ver con los que los estudiosos mencionados tipifican como "jerarquía vertical", que se refiere a lo social, y "jerarquía horizontal", que comprende los valles que formaban parte del Estado mochica.

Bibliografía

ALDANA RIVERA, Susana. "Lambayeque y el norte peruano en un contexto mundializado". *Investigaciones Sociales*, vol. 10, núm 17, pp. 311-334, 2014. https://doi.org/10.15381/is.v10i17.7069

ALVA, Walter. Sipán (CD-ROM). Lima: Telefónica del Perú. Art Media S. R. L., 1998.

AMAT OLAZÁVAL, Hernán. "Los orígenes de la agricultura: nuevos paradigmas". *Investigaciones Sociales*, vol. 18, núm. 33, , pp. 53-86, 2014. https://doi.org/10.15381/is.v18i33.10979

ANTÚNEZ DE MAYOLO, Santiago. *La nutrición en el Antiguo Perú*. Lima: Banco Central de Reserva del Perú. Oficina Numismática, 1981.

CABIESES, Fernando. *Cien siglos de pan: 10,000 años de alimentación en el Perú*. Lima: Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, (Concytec), 1995.

CASTILLO BUTTERS, Luis Jaime; DONNAN, Christopher B. "Los mochicas del norte y los mochicas del sur". En K. Makowski et al. (eds.), *Vicús (Colección Arte y Tesoros del Perú)*. Lima: Banco de Crédito del Perú, 1994, pp. 142-181. http://sanjosedemoro.pucp.edu.pe/descargas/articulos/LosNorteMochicasSur.pdf

DEZA RIVASPLATA, Jaime. *El agua de los Incas. Sistemas de riego en el Perú prehispánico.* Lima: Universidad Alas Peruanas, 2005.

GOEPFERT, Nicolas. "New zooarchaeological and funerary perspectives on Mochica culture (a.d. 100–800), Peru". *Journal of Field Archaeology*, vol. 37, núm. 2, pp. 104-120, 2012. http://dx.doi.org/10.1179/0093469012Z.00000000010

GOEPFERT, Nicolás; ALVA, Walter. "¿Festejando con los señores mochicas? Hacia una revaluación de los festines y comidas rituales prehispánicos en los Andes centrales". *Latin American Antiquity*, vol. 29, núm. 2, pp. 331-349, 2018. https://doi.org/10.1017/laq.2018.2

GOLTE, Jürgen. "Los recolectores de caracoles en la cultura Moche (Perú)". *Indiana*, núm. 10, pp. 355-370, 1985. http://dx.doi.org/10.18441/ind.v10i0.355-369.

GUARDIA, Sara Beatriz. *Mujeres peruanas. El otro lado de la historia*. Lima: Librería Editorial "Minerva". Cuarta edición, 2002.

GUZMÁN BARRÓN, Alberto. "La nutrición en el antiguo Perú". *Anales de la Facultad de Medicina*, vol. 38, núm. 1, pp. 43-47, 1955. https://doi.org/10.15381/anales.v38i1.9113

HORKHEIMER, Hans. *Alimentación y obtención de alimentos en el Perú prehispánico.* Lima: Instituto Nacional de Cultura, 2004.

LARCO HOYLE, Rafael. *Los Mochicas (Pre-Chimú de Uhle y Early Chimu de Kroeber)*, Buenos Aires: Sociedad Geográfica Americana, 1945.

LARCO HOYLE, Rafael. *Los Mochicas*. Tomo I. Lima: Museo Arqueológico Rafael Larco Hoyle – Fundación Telefónica, 2001.

LONGAN PHILLIPS, Shirley. "Sobre la definición del arte y otras disquisiciones". *Comunicación,* vol. 20, núm. 1, pp. 75-79, 2011. https://revistas.tec.ac.cr/index.php/comunicacion/article/view/827/741

LUMBRERAS, Luis Guillermo. "Los orígenes de la sociedad andina". En Carlos Contreras (ed.), *Compendio de historia económica del Perú I*. Lima: Banco Central de Reserva del Perú – Instituto de Estudios Peruanos, segunda edición, pp. 23-135.

PAZ RÍOS, Carlos. "La gastronomía y el amor en el antiguo Perú, vistos por Fernando Cabieses. Una entrevista inédita". *Novum Otium*, vol. 1, núm. 1, pp. 81–87, 2015. https://revistas.cientifica.edu.pe/index.php/NovumOtium/article/view/272

PRIETO, Gabriel. "Balsas de totora en la costa norte del Perú: una aproximación etnográfica y arqueológica". *Quingnam*, núm. 2, pp. 141-188, 2016. http://journal.upao.edu.pe/Quingnam/article/view/574

VAQUERO, Natalia. Walter Alva: "El Señor de Sipán era muy rico y fue enterrado con tres mujeres jóvenes para que lo acompañaran eternamente". *La Opinión A Coruña*. La Coruña, 11 de octubre del 2014. https://www.laopinioncoruna.es/sociedad/2014/10/11/senor-sipan-rico-enterrado-tres/887611.html



LA AMAZONÍA: UN MUSEO DE LA NATURALEZA

Rafael Cartay
Investigador contratado. Universidad de San Martín de Porres, Perú
Profesor-investigador. Universidad Técnica de Manabí, Ecuador

La Amazonía peruana es enorme. De las tres grandes regiones geográficas que conforman el territorio del Perú: Sierra, Costa y Selva, la parte de la Selva o Amazonía es la más extensa del país. Abarca 782 821 km², lo que corresponde al 61 % de la superficie del Perú y a un 13 % del área total de la gran cuenca del río Amazonas. Si se toma en cuenta el territorio bañado por sus ríos, es decir las cuencas de sus ríos, el área de la Amazonía peruana alcanza a 966 170 km², lo que equivale a un 10 % de toda la extensión del continente europeo. Ese vasto espacio de bosque, cada vez más invadido y deforestado, alberga hoy a casi 4 millones de habitantes. De ese total, un poco más de 300 000 son indígenas pertenecientes a comunidades nativas, los que quedaron tras el sistemático genocidio y epistemicidio a que han sido sometidos históricamente.

La Amazonía peruana comprende la superficie completa de cuatro regiones político-administrativas: Loreto, Ucayali, San Martín y Madre de Dios, y de manera parcial a once regiones más: Amazonas, Ayacucho, Cajamarca, Cusco, Huancavelica, Huánuco, Junín, La Libertad, Pasco, Piura y Puno. De todas estas regiones, Loreto es, por sí sola, la más extensa, 51 % de la superficie amazónica nacional, y la más poblada, por indígenas, colonos y mestizos. En verdad, Loreto es una región muy especial de la Amazonía peruana. Para Dourojeanni,[1]

“Loreto es el departamento más extenso del Perú, el más boscoso y el menos deforestado, el más plano, el que tiene más pantanos, el único que tiene tres fronteras internacionales, el que tiene menor densidad poblacional, el que tiene más agua y una parte del río más caudaloso y más, largo del mundo y, por otro lado, Loreto es el único departamento no unido al resto del país por carreteras, es el único no integrado a la red energética nacional, y es uno de los más pobres del país. Loreto es, pues, el departamento de los superlativos que revelan el profundo desbalance entre su potencialidad y su realidad”.

[1] Dourojeanni, Marc. *Loreto sostenible al 2021*. Lima: DAR, 2013.

Los dos grandes patrimonios

La Amazonía peruana ha sido, a pesar de su enorme tamaño, la cenicienta de la historia peruana. Ignorada durante mucho tiempo, olvidada por los gobiernos y por la mayor parte de los peruanos, sin valorar con justicia la inmensa riqueza patrimonial que encierra.

El Perú, y en particular su región amazónica, posee una rica diversidad biológica que se encuentra entre las más representativas del planeta. Una riqueza tal que convierte al Perú en uno de los 17 países con mayor biodiversidad o megabiodiversidad, lo que constituye un invalorable patrimonio material de la humanidad. Estos 17 países albergan, en conjunto, entre el 60 y el 70 % del total de las plantas superiores del mundo, incluyendo las especies terrestres, de agua dulce y marinas, y entre el 60 y 70 % de las plantas endémicas del mundo. De esos 17 países solo 12, uno de ellos es el Perú, albergan las cifras mayores de endemismo a escala planetaria. Esta enorme riqueza biológica constituye un valioso "capital biológico en el banco del mundo" (Sarukhán, Dirzo, 1992). Como dijo Russell Mittermeier, el creador del término de magadiversidad: "La riqueza que nos ofrece la biodiversidad que nos rodea constituye el verdadero museo de la naturaleza, su interminable obra de arte, la expresión última de la complejidad y magnificencia de la vida en el planeta" (Mittermeier, Robles, Goettsch, 1997). La biodiversidad, el uso racional y la conservación de los recursos naturales es la base del desarrollo económico sostenible. Una mayor biodiversidad nos ofrece una mayor cantidad y diversidad de alimentos, y de bienes y servicios en general, mejores condiciones para el disfrute estético y el entretenimiento, así como mayores beneficios espirituales y de goce personal. De todos esos valores, algunos son cuantificables y otros no (Estrella, *et al*, 2005).

La Amazonía peruana posee, complementariamente, una rica etnodiversidad que comprende 53 etnias indígenas, que conformaban, según el II Censo de Comunidades Indígenas de la Amazonía peruana de 2007, 1786 comunidades nativas, que se expresaban en 43 lenguas asociadas a 13 familias lingüísticas, y cuyos antepasados ocuparon la región hace más de 12 000 años (Roosevelt, 1994: 1-2), actuando como guardianes de saberes ancestrales y de prácticas culturales que constituyen un valioso patrimonio cultural intangible que ilustra sobre la evolución cultural de las sociedades humanas.

Geografía amazónica

La mayor parte de la Amazonía peruana está cubierta por bosques húmedos tropicales que se despliegan en las estribaciones orientales de la cordillera de los Andes, extendida hacia un inmenso llano amazónico. Las condiciones climatológicas de la región son más o menos uniformes, salvo la parte sur, en la que se observan leves variaciones estacionales de precipitación lluviosa. Está compuesta básicamente por tres grandes ecorregiones: la Selva Alta, la Selva Baja y la Sabana de Palmeras (Brack, Mendiola, 2000: 88-226). De las tres, las dos más importantes son la Selva Alta o Rupa y la Selva Baja u Omagua.

La Selva Alta es la formación que se encuentra al descender desde la vertiente oriental de los Andes, desde los 3800 hasta los 800 m s. n. m., constituyendo un 11,6 % de la Amazonía peruana. En el descenso se observan cambios de temperatura (de 12° C a 22° C, de promedio), de relieve (de pendientes extremas y valles estrechos a valles amplios y relieve moderado), de suelos (de litosoles, pedregosos a cambisoles y acrisoles), de hidrografía (de riachuelos y ríos torrentosos y cortos, no navegables, a ríos caudalosos, largos y navegables), de vegetación (los árboles van aumentando de tamaño en la medida en que se desciende hacia la Selva Baja), de fauna (la fauna endémica es mayor favorecido por el aislamiento y la compleja orografía de la zona). Conforme se va descendiendo desde la parte alta a la baja, se van encontrando diversos tipos de bosque: la ceja de selva o de montaña, entre 3800 y 2500 m s. n. m.; el bosque de neblina, entre 2500 y 1400 m s. n. m., y el bosque de lluvia montañoso, de 1400 a 800 m s. n. m. Después aparece el valle seco.

La Selva Baja u Omagua, se extiende por debajo de los 800 m s. n. m., que comprende el resto del territorio, un 88,4 %. Se trata del bosque tropical amazónico, la ecorregión más extensa del Perú. La Selva Baja se caracteriza por su clima cálido, de 24 a 26 °C de promedio, que presenta una gran variación durante el día, de 5 a 8 °C, pero poca a lo largo del año, registrándose no más de 2 °C. Sus suelos son heterogéneos, de origen fluvial, con sedimentos que vienen arrastrados desde las montañas andinas. La mayor parte de los suelos son ácidos y de baja fertilidad natural. Debido a las abundantes lluvias y a las altas temperaturas prevalecientes, los suelos son lavados y pobres en nutrientes, dificultando el desarrollo de la agricultura comercial en gran escala. En la Zona Baja son frecuentes los bosques inundable o bajiales, bosques de altura o concentraciones de la palmera aguaje (*Mauritia flexuosa*), de la paca o bambú amazónico y las purmas.

La Sabana de Palmeras se extiende mayormente en las pampas cercanas al río Heath, en la región Madre de Dios, con sus grandes aguajales, concentraciones de palmeras de aguaje, que también conseguimos en abundancia en la Selva Baja.

Biodiversidad en la Amazonía peruana

La diversidad biológica presente en la Amazonía peruana se expresa en 31 zonas de vida o ecosistemas, que albergaban para 2014, contabilizadas de manera conservadora, 263 especies de mamíferos, 806 de aves, 180 de reptiles, 262 de anfibios y 697 de peces, una parte importante de la rica biodiversidad del Perú. Otros registros de biodiversidad, entre 2012 y 2013, citados por Luy (2013: 25) y Chirif (2014: 18), mencionan la existencia de 344 especies de mamíferos, 1747 de aves, 449 de anfibios y 2000 de peces. Esa riqueza de biodiversidad faunística del Perú, y de la Amazonía peruana, es compartida con otros países de la región neotropical del mundo.

La flora peruana presenta también una notoria diversidad biológica. A pesar de la imprecisión de las cifras disponibles sobre este tema, Perú ocupa un lugar destacado entre los países con mayor riqueza de especies. De las 250 000 especies registradas en el mundo (apenas una pequeña fracción del total estimado), en el Perú hay unas 25 000 plantas registradas, un 10 % del total mundial. De ellas, unas 5000 (3078 silvestres y 1922 cultivadas) están registradas como plantas útiles para atender a 49 fines distintos (Brack, 2012: 5). La mayor riqueza de plantas en la Amazonía está en las plantas silvestres, y no en las cultivadas, que son, pocas. De las cultivadas, 85 plantas son de origen amazónico, domesticadas con fines medicinales (Brack & Bravo, 2005: 20). De las 5000 plantas utilizadas en el Perú, 782 se utilizan para fines alimenticios. De ellas, 623 son frutales, la inmensa mayoría corresponde a plantas silvestres que se encuentran en la región amazónica). En los mercados de Iquitos, capital de Loreto y la ciudad más importante de la Amazonía peruana, se comercializan cerca de 120 especies de frutas silvestres, de acuerdo con la estación en la que se recolectan y comercializan (Wust, 2003: 82). Brack (2012: 5) señala que en el Perú hay 571 frutales, de las cuales 507, un 89 %, se encuentran en la Amazonía.

La riqueza de la Amazonía peruana en plantas medicinales es también muy elevada. De las 5000 plantas utilizadas en el Perú, 1109 se usan con propósitos medicinales. De ellas, 890, un 80 %, proceden de la Amazonía (Brack, 1999).

El Perú posee una alta diversidad genética en especies de dos de las cuatro más importantes fuentes de hidratos de carbono en el planeta: papa, maíz, arroz y trigo. En el Perú se conocen cerca de 3000 variedades de papa y 36 ecotipos de maíz. Se han registrado 18 variedades de tomate y 9 especies de ajíes de las 30 existentes. Una situación parecida existe con las variedades de yuca, plátano, camote, quinoa, la mayor parte producto de lentas pero sabias domesticaciones a lo largo y ancho de su territorio. Eso no debe extrañarnos: el Perú presenta 84 zonas de vida de las 117 existentes en el mundo (Brack, Mendiola, 2000: 379).

La riqueza peruana en biodiversidad es muy alta. A ella contribuye en gran medida la región amazónica. Brack y Mendiola (2000: 224) ilustran esa característica con tres ejemplos claros: 1. En el área de Nanay-Tihuayo, en la región Loreto, en las cercanías de Iquitos, se registraron 132 especies de plantas nativas que producen frutos comestibles. De ellos, el 80 % se comercializan, en la época de su cosecha, en el mercado de Belén, en Iquitos. 2. En Tambopata, en la región Madre de Dios, en la corona de un solo árbol se encontraron casi 5000 especies de insectos, de los cuales un 80 % resultó desconocido para la ciencia. 3. En la cuenca del río Amazonas se registraron más de 2000 especies de peces, una cantidad que resulta diez veces mayor que la registrada en toda Europa. Esa característica es propia de la Selva Alta peruana, donde existe una alta diversidad de especies de flora y de fauna, pero con una baja concentración de individuos por área. Lo que quiere decir que es más fácil encontrar decenas de distintas especies que una decena de la misma especie.

Recordemos que la riqueza de especies de una zona depende de varios factores, tales como los gradientes longitudinales (a menor latitud, más cerca de la línea ecuatorial, aumenta el número de especies, mientras que a mayor latitud, más cerca de los polos, disminuye el número de especies); los gradientes de altitud (en los ecosistemas terrestres, la diversidad disminuye en la medida en que aumenta la altura sobre el nivel del mar); los gradientes de precipitaciones atmosféricas o lluvia (en las zonas áridas o desérticas, hay menor cantidad de especies que en las lluviosas). Un cuarto factor es la contribución antrópica: los grupos indígenas amazónicos, y en especial la mujer indígena, que siembran y cosechan la chacra y el huerto familiar, han contribuido durante miles de años, de generación en generación, a preservar y a multiplicar con sus comportamientos culturales la ya rica biodiversidad regional. Ese comportamiento indígena se corresponde con su manera de cuidar y de respetar a la naturaleza, que ellos tratan en un plano de hermandad, considerándola como una parte inseparable de su propia vida.

Etnodiversidad en la Amazonía peruana

En la Amazonía peruana, y en la cuenca amazónica en general, habitan diversas comunidades nativas indígenas que, a pesar de pertenecer a diferentes troncos lingüísticos y presentar algunos rasgos identitarios particulares, participan de un modo de producción común, basado en un sistema de agricultura itinerante, de tala y quema, que se materializa en la chacra y en el huerto familiar, y en actividades complementarias de caza, pesca y recolección de alimentos. A pesar de algunos rasgos singulares, las sociedades indígenas amazónicas presentan maneras similares de relacionarse en armonía con la naturaleza, aplicando formas de organización social que privilegian la solidaridad del grupo y la economía del don, así como una ecología moral compartida que se expresa en principios comunales regulatorios de reciprocidad, complementariedad, distribución e intercambio y corresponsabilidad cósmica. Ese manera de proceder fue sintetizada por James C. Scott en el concepto de "ecología y ecología moral" (Varese, 2011: 36). O de "conservación simbiótica" por Nietschmann (1992) para describir que la diversidad biológica y la diversidad cultural son elementos recíprocamente dependientes, geográficamente coterráneas y contemporáneas, de tal manera que a la diversidad biológica del entorno le corresponde una diversidad étnica del poblador indígena: una etnodiversidad que usa la biodiversidad de una manera singular, de acuerdo con los dictados de su cultura para satisfacer sus necesidades vitales. En ese relacionamiento con la naturaleza, de igual a igual, respetando los derechos de la naturaleza, las comunidades nativas la usan como una estrategia de supervivencia que les asegure "un flujo ininterrumpido de bienes, materia y energía", tratando de "obtener del entorno la mayor cantidad de productos necesarios que cada paisaje ofrece a lo largo del ciclo anual" para satisfacer sus necesidades y nada más. Sin excedentes. Lo sobrante no es conservado, sino distribuido entre otros miembros de la comunidad aplicando la economía del don. Así sucede entre los grupos indígenas en aislamiento voluntario, que dependen exclusivamente de los recursos naturales del medio. En la medida en que se acercan a la sociedad urbana, procuran la obtención de un pequeño excedente de producción para comercializarlo en los mercados urbanos, con el fin de adquirir los bienes que han aprendido a consumir en sus contactos con colonos, mestizos o indígenas asimilados, tales como aceite, harina, pastas, sal, azúcar, leche en polvo, etc. Los grados de relacionamiento entre naturaleza o biodiversidad /cultura varían en un amplio espectro o variedad de funciones de los ecosistemas, que se manifiestan en servicios prestados a la sociedad, y que ésta

usa de manera consciente o inconsciente. La conversión de una función en un servicio implica un uso, una modalidad de empleo, un beneficio, un beneficiario y una localización espacio-temporal (Gómez Baggethum & de Groot 2007). Se establece así una relación de dependencia del bienestar humano con respecto a la biodiversidad, pero esa relación está codificada en saberes que se han transmitido de generación en generación durante un largo tiempo, constituyendo un valioso patrimonio intangible de la sociedad indígena. Mientras más aislada se encuentre una comunidad indígena del contacto con la sociedad urbana y de mercado, más dependiente resultará de la biodiversidad del entorno y de los saberes ancestrales. Pero, en contrapartida, en cierta manera, será más vulnerable en la medida en que esos recursos sean objeto de una indiscriminada y creciente tasa de explotación o extracción. Las sociedades de mayor desarrollo económico relativo, que viven inmersas dentro de una economía de mercado, tienen un mayor acceso a bienes y servicios producidos en muchos entornos (en virtud del desarrollo del comercio nacional e internacional), se adaptan mejor y más rápidamente a los cambios en la disponibilidad de los recursos por contar con una tecnología más avanzada (Bass, *et al,* 2006; Martín López, *et al*, 2007). No obstante, no hay que perder de vista que, en última instancia, los ecosistemas son los responsables del flujo de bienes y servicios de los que depende el bienestar humano (Carpenter & Folke, 2006).

La contribución de la mujer indígena en la domesticación de plantas

La contribución de los grupos indígenas de la Amazonía y, en particular, de la mujer, encargada de la siembra y de la recolección de los frutos en la chacra comunitaria y en el huerto familiar, resulta muy importante para la multiplicación de las especies de plantas útiles para la alimentación, tal como sucede con la yuca dulce o el plátano. Daremos solo algunos ejemplos para ilustrar esa afirmación. Las mujeres indígenas awayún, de Bagua, en Amazonas, reconocen más de 200 variedades de yuca dulce y mantienen sembradas de manera permanente de 20 a 30 variedades de la misma (Seitz Lozada, 2007: 128-132; Berlin & Berlin, 1979). Las mujeres shipibo-conibo, del grupo étnico ubicada en las fronteras del Perú, Brasil y Bolivia, conocen y siembran unas 11 variedades de yuca (Morin, 1998). Las mujeres maihuna, residentes entre el tramo bajo del río Napo y el tramo medio del río Putumayo, conocen unas 16 variedades de plátano y unas 15 variedades de yuca dulce (Bellier, 1994). Las mujeres yagua, residentes en la Selva baja, entre los ríos Putumayo y Tigre, conocen unas 6 variedades de yuca dulce (Chaumeil, 1994). Las mujeres ticuna, que viven a lo largo del río Amazonas, entre

la desembocadura del río Aracuari, en el Perú, y el río Jutaí, en el Brasil, conocen y siembran 16 variedades de plátano (Goulard, 1994). Las mujeres mayoruna del Perú siembran 5 variedades de yuca, 9 variedades de plátano y 3 variedades de maíz (Erickson, 1994). Las mujeres uni, que habitan en la selva central peruana, cerca de Pucallpa y Tingo María, conocen 15 variedades de plátano (Frank, 1994). Las mujeres matsigenka, de un grupo situado a lo largo del curso del río Urubamba, manejan unas 30 variedades de plátano y más de 30 de yuca (Rosengren, 1994). Las mujeres aguaruna, que viven en la cuenca del río Marañón, en el norte del Perú, conocen más de 100 variedades de yuca (GEF/PNUD/UNOPS, 1997). Las mujeres bora, en la cuenca del río Ampiyacu, afluente del río Amazonas, reconocen y siembran unos 32 variedades de yuca dulces y amargas y 14 variedades de maní. Y aún más: las mujeres indígenas han establecido por su propia cuenta un banco de germoplasma *in situ* de pijuayo, han domesticado algunas plantas para la alimentación como la cumalina (*Iryanthera juruensis*) y la sacha pandisho, aún no clasificada botánicamente (Cartay, 2016: 171). Las mujeres indígenas y grupos de mestizos asentados en Tamshiyacu, cerca de Iquitos, a orillas del Amazonas, han domesticado más de 40 variedades de umari (*Paraqueiba sericea*), introdujeron la castaña (*Bertholletia excelsa*) desde Brasil (Cartay, 2016: 172). Las mujeres de todos estos grupos indígenas han empleado como principales escenarios de domesticación de plantas alimenticias y medicinales, a la chacra familiar y al huerto cercano a la vivienda. Allí ellas introdujeron especies silvestres útiles como resultado de intercambios, adquisiciones y obsequios, que luego manipularon, de generación en generación, para domesticarlas hasta obtener, de acuerdo a la conveniencia del grupo, las variedades más resistentes a la humedad, precoces o tardías, y más productivas, conservando y multiplicando la biodiversidad biológica, utilizando el huerto familiar como fuente de recursos genéticos para cultivarlos, posteriormente, en mayor escala en la chacra, convirtiendo esos espacios naturales en “su alto capital de agrobiodiversidad y su gran potencial económico y de subsistencia” (Flores Pitán, 2000: 375-376).

Esa rica biodiversidad se manifiesta en alimentos para la subsistencia, en plantas e hierbas medicinales, en fibras para sus artesanías, en maderas para construir sus viviendas y sus canoas, en leña para cocinar, en plantas empleadas como base para elaborar bebidas para sus ceremonias rituales, en utensilios diversos para la cocina y como recipientes, en barbasco para la pesca, en dardos, cerbatanas y flechas utilizadas para la pesca y la caza, en suma, numerosas plantas empleadas para los usos más diversos en la vida cotidiana de las comunidades indígenas nativas. Aparte de la

producción y la recolección de alimentos para asegurarse su subsistencia, algunas comunidades indígenas, en particular las que están en contacto con el mercado, realizan una pequeña producción y recolección excedentaria, que comercializan en los mercados urbanos para obtener algunos ingresos que les permitan adquirir algunos productos que consideran importantes para su vida cotidiana.

Así se expresa la biodiversidad, convertida en elementos para asegurar la subsistencia de los miembros de las distintas comunidades indígenas, que algunos llaman etnobiodiversidad. Brack (1999) y Brack & Mendiola (2000: 388) estimaron en sus obras la existencia en el Perú de unas 5000 especies de plantas, que se utilizaban para satisfacer 49 fines distintos. Entre estos fines, los más importantes son los usos medicinales (1400 especies) y los alimenticios (782 especies), responsables, en conjunto, de un 44 por ciento del total de plantas registradas. De ellas, la mayoría se encuentra en las regiones amazónicas del Perú.

Las prácticas culturales y su relación con los modos de subsistencia

Las comunidades nativas amazónicas practican actividades de caza, pesca, agricultura en chacra y huerto, y de recolección de alimentos diversos. Esas actividades, fuentes nutricias para satisfacer sus necesidades vitales, son practicadas por todas las comunidades nativas indígenas de la Amazonía peruana de manera casi similar, aunque se observen pequeñas diferencias en los énfasis puestos de una actividad sobre otra, de acuerdo con la ubicación del grupo, cerca o lejos de un río, y la época del año, especialmente si se trata del período de la creciente o de la vaciante de los ríos, y observando siempre una estricta división del trabajo de acuerdo con el sexo.

A cada una de estas actividades productoras de alimento, que se vinculan estrechamente con la naturaleza, se le asocian algunos saberes y modos de hacer, vinculados a un sistema de creencias, supersticiones y diversas representaciones culturales que se transmiten, codificados, como un legado que orienta los comportamientos de los miembros de las comunidades indígenas, y van pasando, con pocos cambios, de una generación a la otra, para reforzar emocionalmente el sentido de pertenencia a una comunidad y de identidad cultural.

La caza ha sido siempre en la Amazonía una fuente importante para la obtención de la proteína de origen animal, y una actividad realizada exclusivamente por los hombres de las comunidades, porque su ejecución requiere de ciertas habilidades

y conocimientos en los cuales han sido iniciados los cazadores desde niños. Su importancia como recurso alimentario ha venido disminuyendo con el paso del tiempo, pues los recursos de fauna silvestre, o de animales del monte como los llaman, han sido sometidos a una sobreexplotación, a un intenso acoso por parte de cazadores comerciales. La creciente deforestación ha provocado desplazamientos continuos de los animales del monte de sus hábitats naturales. Ese acoso ha llegado hasta el punto de que algunas especies han sido consideradas muy vulnerables o en peligro de extinción, en particular las de mayor tamaño (Comisión Amazónica de Desarrollo y Medio Ambiente, 1994: 122-124). La pesca en los ríos se ha convertido en la principal fuente de abastecimiento de proteína en la Amazonía peruana, de la que obtienen hasta un 70 por ciento de la proteína consumida por los pobladores ribereños (Tello, 2014: 129). Las especies animales que proveen de carne a las comunidades son un recurso que tiende a agotarse cuando su tasa de extracción o de caza supera a su tasa de reproducción durante un período relativamente largo, de acuerdo a los hábitos reproductivos de la especie. La caza, su abundancia o su escasez, cambia de acuerdo con el comportamiento estacional de los cuerpos de agua de la Amazonía. Durante la vaciante, los animales del monte se alejan de los ríos y se internan en el bosque, "invisibilizándose", requiriendo de los cazadores un mayor gasto energético para obtenerlos. El efecto contrario se produce cuando llega el período de la creciente de los ríos. En el caso de la pesca, el recurso alimenticio también está comprometido por la pesca excesiva, la contaminación de las aguas por el plomo y el mercurio utilizados en la explotación minera, y por la estacionalidad (en la época de creciente, la pesca se dificulta y, además, los peces migran para reproducirse). En todo caso, los animales son muy necesarios para la vida amazónica no solo porque son recursos alimenticios, sino también porque cumplen un importante papel para la sobrevivencia del bosque. Se encargan de transportar y dispersar las semillas en el entorno, aparte de que los animales carnívoros e insectívoros regulan las poblaciones de consumidores primarios para mantener el equilibrio en el ecosistema del bosque.

La caza, y también la pesca, son actividades realizadas exclusivamente por los hombres. La caza, no localizada en un sitio determinado, obliga al cazador a desplazarse cada vez más a lugares distantes. En este caso, la actividad se ejecuta realiza por lo general en forma de partidas de caza o de caza colectiva. La caza, a pesar de haber perdido importancia como la principal actividad proveedora de proteína de origen animal, ha sido con frecuencia objeto de representaciones culturales en las comunidades indígenas.

A la caza se asocian algunos importantes aspectos o representaciones culturales cargadas de un fuerte simbolismo. En unos casos las representaciones se asocian a tabúes, prohibiciones o restricciones relacionadas con el consumo de carne animal. En otros casos, las representaciones se vinculan con la percepción de los grupos indígenas sobre la condición del ser animal. Esos elementos, que encontramos en todas las sociedades humanas expresados de distintas formas, hace que la cultura, y en particular la alimentaria, un hecho social total que asegura la sobrevivencia del individuo, actúe como un complejo sistema de normas, prácticas y símbolos. En el seno de la cultura, la cocina se convierte en un escenario donde se representan simbólicamente esas conductas de las personas que integran el grupo social. Allí, en su seno, se producen una serie de clasificaciones, de taxonomías y un conjunto complejo de reglas que afectan a los alimentos en la forma de seleccionarlos, elaborarlos y consumirlos (Fischler, 1993: 25-37). Por una parte, se decide si el alimento es "comestible", biológica y culturalmente. Por la otra, esa "comestibilidad", o condición de ser comestible, está inscrita dentro de un marco ordenado por reglas culturales, institucionalizadas en códigos éticos y morales, que no pueden ser transgredidas so pena de que el elemento transgresor sea apartado del grupo. En este caso, "la gastronomía funciona como una disciplina que permite la codificación de tales reglas singulares, un método para realizar nuevas relaciones entre los hombres, pero también entre el cuerpo y el alma, entre el cuerpo y uno mismo" (Onfray, 1999: 59). Es la "noosfera" de Morin (2003: 50), esa esfera de las cosas de la mente, saberes, creencias, mitos, leyendas, en la que nacen seres sacados de la mente a partir de la creencia y de la fe. Esos saberes y creencias alimentan una visión ecológica y espiritual de la existencia, una cosmovisión sagrada del espacio sobrenatural. Para algunas culturas de la Amazonía peruana no existe una frontera ontológica entre humanidad y animalidad, y tanto plantas como animales y seres humanos están sujetos a reglas de la organización social y figuran como iguales en la totalidad del entorno (Belaunde, 2008: 107; Surrallés, 2007: 309).

La cosmovisión que prevalece en casi todos los pueblos indígenas amazónicos se presenta como una visión estructurada y compartida por los miembros de un grupo social, en la que se combinan de una manera coherente sus nociones sobre la vida, el entorno, su inserción en el mundo y sus concepciones sobre el universo. Se trata de una visión compleja que se manifiesta en pautas de conductas sociales, convertidas en símbolos, a los que hay saber interpretar con claves, que gobiernan la vida cotidiana de los miembros del grupo. Pautas que son

transmitidas selectivamente, ordenadas con un cierto sentido, de una generación a la otra, en el largo plazo, en forma de aprendizajes culturales. La cultura de un grupo es, para Kottak (2011: 29), un conjunto de ideas y de gestos basados en ese aprendizaje que cada miembro aprende desde su niñez. Los individuos interiorizan gradualmente un sistema de significados y símbolos establecidos por los otros, los que los antecedieron, empezando por los padres, y que cada individuo complementa por la observación directa y por algunos elementos aprendidos de manera inconsciente. Ese sistema guía el comportamiento y las percepciones del individuo a lo largo de su vida. Es el *ethos* de un pueblo. Para las comunidades amazónicas, a lo largo de toda la cuenca del río Amazonas, sus singulares cosmologías están informadas, moldeadas, atravesadas y gestadas en una relación muy estrecha con la naturaleza (el bosque, el agua, el suelo). Ese sistema de símbolos y de significados en el que su vida, su idea de persona (donde se incluyen animales del monte, plantas, ríos y él mismo) adquiere sentido está, en este caso, moldeada por una relación de armonía y de hermandad con la naturaleza. Desde allí, desde ese sentido, se mira lo que existe, se actúa, y se leen los cambios que ocurren en su entorno, integrado por seres en interacción continua, sin importar su apariencia, humana o no, visible o no. Las mujeres cultivan las plantas en la chacra porque fueron enseñadas por una deidad. Otra deidad enseña a los hombres a cazar, a pescar, a talar los árboles y a descubrir el sitio apropiado para establecer una chacra. Presentaremos algunos ejemplos para ilustrar esta idea, que Surrallés (2007: 267-274) llama "animismo perspectivista". Para los yagua de la Selva Baja, existe un equilibrio cósmico que canaliza la circulación de un potencial energético que viene del sol y que anda por debajo de la tierra, y que sale a la superficie cuando es absorbida por las raíces de las plantas y que, una vez asimilada, pasa, cuando es consumida, a los animales del monte, y de éstos a los seres humanos (Chaumeil, 1994: 267-274). Para los yanesha, la tierra es el eje de la existencia humana y el agua y el fuego elementos primordiales y sagrados. Su relación con el entorno es intermediada por una entidad viva y personalizada, compuesta por una miríada de seres vivos e interconectados: plantas, animales, minerales, fenómenos naturales, con los cuales los yanesha comparten el soplo de la vida (Santos Granero, 2004: 165, 221). Para los awajún, los animales del monte (mamíferos y aves) y del río (peces) llevan un talismán en su vientre que da a su poseedor la facultad de atraerlos y facilita su captura. Pero ese poder se pierde si se tienen relaciones sexuales antes de salir a cazar. Las mujeres awajún ofrecen rituales a sus dioses antes de sembrar con el fin de aumentar la producción de la chacra (Seitz Lozada, 2007: 125-127). Entre los asháninka, cada ser vivo, planta

o animal, tiene espíritu y se vincula a una leyenda. Cada especie tiene un dios tutelar, dueño o ashitari, que actúa como intermediario entre los hombres y la naturaleza y transmite las reglas sin las cuales el orden general de las relaciones hombre-naturaleza quedaría destruido (Macera & Casanto, 2011: 75).

Algunos grupos amazónicos, como los bari o wari de la Amazonía brasileña-venezolana, dividen a los animales del monte en dos categorías: los que tienen *jam* y los que no lo tienen. Tener *jam* equivale a tener espíritu (sobra, imagen, un doble), lo que los hace comestible. Es el caso de la huangana, el venado rojo, el tapir, el mono, el jaguar, todas las especies de pescado, las abejas, las serpientes. Los que carecen de *jam* no son comestibles (Belaunde, 2008: 99-100). Un concepto similar al de *jam,* es el de ashitari o dueño, de los asháninkas (Macera & Casanto, 2011: 75). Esas distinciones entre lo comestible y lo no comestible, desde el punto de vista de la cultura, es usual en la cultura europea y parte de Asia, intermediada por las religiones (el consumo de carne de cerdo entre judíos y musulmanes), o intermediada por el asco (en el caso del consumo de insectos). Esas prohibiciones las encontramos también entre los pueblos amazónicos. Los mayoruna no consumen carne de tapir (Erikson, 1994: 55) y los asháninka no comen carne de cerdo, una prohibición cultural religiosa vigente desde los tiempos de Juan Santos Atahualpa, un rebelde quechua que intentó restaurar el imperio incaico en la década de 1740 (Macera & Casanto, 2011: 15). En muchos de ellos se prohíbe consumir, o incluso se evita tocar, la carne de tortuga motelo o larvas de suri a las embarazadas. Una madre que amamanta no puede comer alimentos condimentados, salados o fermentados, y solo le es permitido el consumo de pescados pequeños y plátano. Las muchachas, cuando alcanzan la pubertad, son sometidas a una estricta dieta alimentaria que excluye el consumo de carne roja o de pescado (Goulard, 1994: 377-381; Weiss, 2005: 34-35; Macera & Casanto, 2011:15).

La agricultura de la chacra amazónica también tiene sus reglas y sus modos de hacer. Se trata de una agricultura de subsistencia, migratoria, que constituye un policultivo practicado en una superficie relativamente pequeña, que utiliza baja tecnología y emplea solo mano de obra familiar o de la comunidad. Su producción es de baja productividad y de rendimientos decrecientes por el gradual empobrecimiento del suelo (lo que obliga a abandonar la chacra cada cierto tiempo para establecer una nueva). La obtención de una alta productividad importa poco, en realidad, en una economía social de subsistencia, que funciona con una lógica distinta a la del mercado. No produce excedente comercializable y, cuando lo hace, ocurre en el

caso de los grupos más cercanos a los centros urbanos, que lo venden a cambio de un ingreso para comprar artículos básicos.

En la chacra también se da, por lo general, una división del trabajo por sexo y edad. Los hombres del grupo se encargan de la roza y quema del sitio escogido para establecer la chacra, y las mujeres de la siembra, la recolección de la cosecha y la operación del huerto familiar. Los hombres se encargan del cultivo de algunas plantas como el tabaco, el barbasco y de algunas plantas utilizadas en los rituales y para ir de caza. En varios grupos indígenas los hombres se encargan, además de cazar, pescar y de la extracción forestal, de los cultivos que van a ser objeto de comercialización en el mercado. Las mujeres awayún, por ejemplo, antes de sembrar, ofrecen la cosecha a las deidades femeninas de la tierra Nugkui Anen, espíritus femeninos de la tierra (Seitz Lozada, 2007: 128-132). Las ancianas son las depositarias de los saberes ancestrales relacionados con las virtudes curativas de las plantas medicinales. Esa larga experiencia de las mujeres en la agricultura de la chacra ha permitido el desarrollo de varias prácticas exitosas de agrodiversidad, al introducir y domesticar plantas y seleccionar variedades más precoces o tardías de yuca, por ejemplo, de acuerdo a su conveniencia, o para hacerlas más resistentes a la humedad, o a las plagas y enfermedades.

La gran fiesta amazónica: el día de San Juan Bautista

Santos & Barclay (2002: 429-430) señalan que a principios del siglo XX coexistían en la región Loreto dos culturas. Una era la "cultura urbana", compartida por colonos y mestizos, que imitaba los usos de la élite urbana, blanca y con clara influencia europea, en especial inglesa y francesa. La otra era la "cultura ribereña", en la que se inscribían los pobladores ribereños, gente de la periferia de Iquitos, inicialmente marginal y con modestos recursos económicos. Ambas culturas celebraban al principio varias festividades regionales, como la fiesta de la Virgen Inmaculada y la fiesta de San Juan Bautista. Los que tenían más recursos económicos celebraban en locales cerrados, con bailes en salones decorados con elegancia y con grandes banquetes de asistencia restringida. Los otros, con menores posibilidades económicas, lo hacían con bailes populares que se escenificaban en lugares abiertos. Poco a poco la distancia entre las maneras de celebrar el día de San Juan Bautista, el 24 de junio, se fue reduciendo, hasta el punto de que se fue haciendo una sola: la fiesta loretana actual. Se trata de una gran celebración, la mayor de toda la Amazonía peruana. Cada año, después de la misa, el día de San Juan, desde el barrio San Juan Bautista de Iquitos, comienza con una procesión

por las calles de la ciudad, para terminar con el baile de la pandilla, en el que la gente baila hasta el agotamiento en torno a una palmera cargada con regalos, la Humisha, que va siendo lentamente derribada por los danzantes. El día anterior, el 23 de junio, la gente acude masivamente a los ríos para purificarse, pues existe la tradición de que quien se bañe en las aguas del río tendrá prosperidad y salud durante todo el año. De acuerdo con los textos cristianos, San Juan Bautista bautizó a Jesús de Nazareth con agua del río. Más tarde fue decapitado. Ese día, todos llevan al río como provisión el juane, una comida envuelta en hojas de bijao, que contiene básicamente arroz, huevos duros y presas de gallina. La forma de la preparación recuerda simbólicamente la cabeza del santo martirizado servida en una bandeja.

El 24 de junio, proclamado oficialmente día del indígena, se celebra la fiesta de San Juan, el patrono de toda la Amazonía peruana. Ese día coincide con el día del solsticio de invierno, fecha en la que se celebra en la región de la Sierra la fiesta quechua de Inti Raymi, la celebración más solemne para recordar, desde tiempos prehispánicos, la grandeza del imperio incaico. Se hace en honor al Sol y a la Cosecha, con ofrendas a la Paccha Mama, la Madre Tierra.

La bebida ritual por excelencia de la Amazonía peruana: el masato

En la Amazonía peruana se consumen muchas bebidas alcohólicas y no alcohólicas. La inmensa mayoría de estas bebidas se consumen en los centros amazónicos urbanos. Y unas pocas, muy pocas, en las comunidades nativas indígenas. En las ciudades se consume una gran variedad de jugos naturales hechos con pulpa de las numerosas frutas y algunas drupas amazónicas, que son expendidas en los mercados urbanos como el de Belén, en Iquitos. Entre ellas, las más populares, aparte de los jugos naturales, son la aguajina y el guarapo de caña. La aguajina es una bebida refrescante de color amarillo hecha con la parte comestible del fruto de la palma de aguaje (*Mauritia flexuosa*), agua y azúcar. El guarapo es una bebida refrescante que se obtiene moliendo en un trapiche los tallos de la caña de azúcar (*Saccharum officinarum*). Se le llama usualmente guarapo cuando es consumido fresco, y huarapo cuando se sirve tras haberlo hervido y puesto a fermentar. Aparte de estas bebidas refrescantes, hay muchas bebidas alcohólicas, que resultan de macerar la pulpa de algún fruto en aguardiente. Estas bebidas reciben, por lo general, el nombre de la sustancia, corteza o fruta que se ha puesto a macerar en aguardiente. Tenemos así, por ejemplo, el colmenachado o abejachado (con miel de abejas), el

canelachado (con corteza de canela), el huitochado (con huito), etc. En algunos casos, pocos, se preparan bebidas macerando partes de animales en aguardiente: vivorachado (con víbora) o el elaborado macerando el pene del achuni (*Nasua nasua*) en aguardiente, reputado como afrodisíaco. En las comunidades indígenas de la Amazonía, aparte del chapo (bebida espesa que se toma en el desayuno hecha con plátano maduro desleído en agua) y de su variante la plataniza (plátano maduro hervido en agua hasta que tome un color rojizo y comience a fermentar), está el masato, la reina de todas las bebidas indígenas amazónicas, omnipresente en el consumo diario y en las celebraciones de las comunidades indígenas de la Selva Baja peruana.

El masato se hace con yuca dulce. La raíz de yuca se pela, lava y se pone a cocinar, cortada en trozos. Al ablandar, se machuca en un batán y se mueve con un palo o cuchara larga de madera hasta formar una masa. Antes se acostumbraba, ahora solo se hace en muy pocas comunidades, que mujeres jóvenes o ancianas masticaran pequeñas bolas de esa masa. Para hacerlo, masticaban previamente hojas de una planta que llaman nucño-pichaña, de saber astringente y un poco amargo, un poco en contradicción con su nombre común de nucño, que en quechua significa dulce. Las hojas de esa planta funcionan como un antiséptico bucal. Luego, las partes que se masticaron se incorporan a la masa original de la yuca para acelerar su fermentación por la adición de la saliva humana. Esa costumbre indígena no es bien vista por los extraños, que sienten asco al consumir esa bebida que resulta de una masticación previa. Por eso, esa costumbre tradicional está siendo sustituida por la adición de azúcar, en vez de saliva, para conseguir el mismo efecto de fermentación. El masato es, sino se especifica que se ha utilizado otra materia prima para su elaboración, una bebida fermentada que se elabora con yuca dulce. Pero el masato, como también sucede con la chicha, puede ser elaborado con otros ingredientes de base, por lo general diversos frutos o tubérculos. En muchas comunidades amazónicas también se prepara con la drupa de la palma pijuayo (*Bactris gasipaes*).

A los niños se les da como alimento un masato más suave, que se fermenta poco o nada. Es el casha-casha. Belaunde (2008: 99) señala que en algunos grupos indígenas las madres amamantan los niños con masato, debido a la creencia de que las personas alimentadas gozarán de salud y permanecerán juntas en el grupo familiar. Weiss (2005: 27-28) dice que igual hacen las madres campa ribereños.

Parque nacional del Manu, Madre de Dios. Foto: Henry Vagrant. ▶



El masato se utiliza todo el tiempo en muchas comunidades indígenas amazónicas, y se bebe como si fuera agua. Lo consumen diariamente, en lo que llaman masateadas. Pero también como la bebida más importante en los rituales. Así sucede con los ticuna (Goulard, 2009: 133). En este caso, el masato es consumido a lo largo del rito, al ritmo acompasado de los toques del tambor tutú, mientras hombres y mujeres cantan y danzan cargando a sus espaldas hojas de la palma mota (*Scheelea sp.*). Se toma y toma masato, sin consumir ninguna otra clase de alimento. Los candoshi (Surrallés, 2007: 320), antes de tomar masato, consumen una infusión de hojas de guayusa (*Ilex sp.*), una planta estimulante.

La costumbre de tomar masato como bebida diaria o ritual está muy difundida en la Amazonía peruana. La practican muchas comunidades indígenas como los yagua (Chaumeil, 1994: 235), los matsigenka (Rosengren, 2004), los uni (Frank, 1994: 167), los yaminahua (Townsley, 1994: 281), los campa ribereños (Weiss, 2005: 27-28), los amuesha (Frank, 1994: 168), los shipibo-conibo (Morin, 1998: 324). El masato, esa suerte de chicha o de "cerveza amazónica" (Flores Arrué (2004: 27), es un símbolo de hospitalidad que se brinda al visitante. Rechazarlo es una grave ofensa para el anfitrión.

No todos los grupos indígenas consumen masato fermentado en las mismas ocasiones. Frank (1994: 168) indica que hay diferencias en su consumo. Los amuesha y los asháninka consumen el masato diariamente en cada comida y en todos los actos de su vida social, mientras que los uni lo toman solo en contadas ocasiones, en particular en las celebraciones locales. Otros, como los achuar, que lo llaman chicha de mandioca, lo consumen todo el tiempo. En las celebraciones, abusan del masato hasta embriagarse por completo (Descola, 2005). Algunos discuten si el masato es en verdad un alimento. Sin duda que lo es: según la Tabla de Composición de Alimentos del Ministerio de Salud (MINSA, 2009), un vaso con masato, de 200 ml, aporta 74 kcalorías, y contiene 0,4 g de proteína, 1,2 mgr de hierro, 22 mgr de calcio y 8,4 mgr de vitamina C. Su aporte calórico es menor que un vaso con chicha de pijuayo, 94 kcal, o que un vaso de aguajina, que proporciona 104 kcal.

Para tomar el masato se utilizan algunos utensilios propios. Uno de ellos es una pequeña vasija, llamada pignig entre los asháninka, utilizada para el consumo individual. Para conservar el masato se emplea una vasija más grande, que se conoce como takintai. A la olla para cocinar la yuca dulce la llaman awi yutai. Son

denominaciones ashaninka, nombres que cambian al pasar de un grupo a otro consumidor del masato, aunque la forma de los recipientes se parezca.

El masato es una bebida alimenticia y de empleo casi obligatorio en los rituales indígenas de la Amazonía. El masato fermentado tiene, además, como cualquier otra bebida alcohólica, una enorme significación simbólica. Ejerce funciones de integración social, atributo al que el individuo accede con tan solo consumirlo dentro del contexto comunitario. Posee, asimismo, la virtud simbólica de estructurar socialmente el tiempo y las relaciones interpersonales creando escenarios de sociabilidad, en especial en las celebraciones colectivas, tal como sucede cuando es ingerido en el marco de las celebraciones rituales. En esos contextos de intercambio social, el masato, en tanto que bebida alcohólica, "establece un espacio de intimidad y de comunicación, de celebración dionisíaca o de relación interpersonal. Él ordena y dirige el tiempo" (Fischler, 1993: 83). La ingestión de una bebida alcohólica como el masato modifica en el individuo su comportamiento psicológico, su percepción, su conciencia y su actitud social. Esos efectos, en el caso amazónico, se intensifican al ser ingerido el masato, en medio de un escenario ritual, acompañado con otras bebidas como guayusa, atjá, ayahuasca, etc., lo que suele suceder en actos rituales de importancia, como los de iniciación, ciclo de vida o pubertad. Consumido, incluso moderadamente, el masato fermentado reduce las inhibiciones naturales de los individuos, actuando como un "lubricante social" que promueve la integración en el grupo. Ingerido en grandes dosis, tal como se acostumbra hacerlo en las celebraciones de los grupos indígenas amazónicos, se convierte en lo contrario: en un elemento de desintegración social. En todo caso, el masato consumido en los contextos rituales actúa como una bebida de "conformidad social", que refuerza la coherencia del grupo y el sentimiento de pertenencia (Cartay, 2016: 225).

La cocina amazónica como un elemento patrimonial inmaterial

La cocina amazónica, como cualquier otro estilo de cocina, se basa en una estructura que llamamos cocina, en la que un agente culinario, valido de un saber (una receta escrita o no), transforma ingredientes, resultantes de un modo de producción, en preparaciones culinarias. El cocinero se apoya en utensilios y artefactos, y aplica sistemas de conservación y de cocción de los alimentos, para llevar a cabo esa transformación física y química. La transformación ocurre dentro del marco de una cultura determinada, que llamamos gastronomía, en la que sus

miembros aplican ciertas prácticas culturales y códigos simbólicos, establecidos por convención en el seno de esa sociedad, y que se transmiten de una generación a la otra, para determinar la selección de unos ciertos ingredientes, el tipo y el orden de las comidas, los horarios, las maneras de comportarse en la mesa, las creencias, supersticiones y prohibiciones o tabúes, la composición y la ocurrencia de las comidas cotidianas, conmemorativas y festivas. Para caracterizar esa cocina, como a cualquier otra, se analizan por lo general cinco elementos: los ingredientes que utiliza, los métodos de conservación y de cocción de los alimentos, los principios de condimentación, el repertorio principal de comidas y bebidas, o corpus culinario, y las representaciones culturales asociadas a sus regímenes alimentarios.

En la Amazonía peruana encontramos, en líneas generales, dos regímenes alimentarios: urbanos y selváticos.

Los urbanos están más expuestos a los intercambios culturales, entre ellos los alimentarios, por la presencia del efecto de demostración de grupos poblacionales de diversa cultura alimentaria, por la presencia de grandes sistemas de distribución mercantil y una constante y agresiva publicidad que incita al consumo de productos no tradicionales en el área. En este caso, se impusieron en las dietas locales los alimentos procesados (con exceso de sodio, azúcar y grasas saturadas, bajos en fibra y de reducido valor nutricional). La adquisición de estos productos alimentarios por parte de las comunidades indígenas, por no ser rubros de producción directa, se hace por la mediación de ingresos derivados de la prestación de trabajo asalariado o por venta de excedentes en las sociedades mercantiles.

Los regímenes selváticos son varios: el de las comunidades indígenas con un mayor grado de contacto con las sociedades urbanas, el de las comunidades ribereñas y el de las comunidades en aislamiento voluntario. En el análisis de estos sistemas alimentarios nos referiremos en particular a las comunidades indígenas ribereñas y a las que han mantenido relaciones con las áreas urbanas y el mercado, pero sin llegar a ser consideradas culturas asimiladas que han perdido su identidad y su autorreconocimiento como indígenas pertenecientes a determinadas etnias.

Los ingredientes utilizados por estas comunidades son los que resultan de las actividades económicas y culturales propias de las fuentes nutricias de la selva. A saber: los derivados de la caza de animales del monte, de la pesca, de la recolección, de la chacra y del huerto y de una agricultura comercial incipiente que se transa en

el mercado para obtener ingresos monetarios que permitan la adquisición de los ingredientes ajenos a la cultura alimentaria indígena tradicional.

Los animales de monte más buscados por los cazadores indígenas son el majaz (*Agouti paca*), el sajino (*Tayassu tajacu*), la huangana (*Tayassu pecari)*, el venado (*Mazama americana*), el agutí o añuje (*Dasyprocta variegata, D. aguti*), la sachavaca o tapir (*Tapirus terrestris*). Estas especies de fauna silvestre han abundado históricamente en la selva, pero ahora, por una explotación descontrolada de los colonos, enfrentan serias amenazas de extinción (Cartay, 2016; Espinosa, 2007; Meza, 2000). Aparte de estos mamíferos piezas de caza, existen algunas aves de carne comestible muy apreciadas por los cazadores. Entre ellas destacan el paujil (*Crax mitu*), la pava de monte (*Penepole montagnii*), la perdiz azulada (*Tinamus tao*) y el pato criollo (*Cairina moschata*) (Elliot, 2001).

La pesca en los ríos amazónicos se ha convertido en el gran soporte de la dieta alimentaria de las comunidades nativas indígenas de la Amazonía peruana. En la zona, al igual que con la fauna silvestre, existe una elevada biodiversidad ictiológica que se manifiesta en una enorme diversidad de especies comestibles, hasta el punto de que en cada desembarque pueden encontrarse más de doscientas especies de pescados. Entre ellos, sobresalen cinco: el boquichico (*Prochilodus nigricans*), la sardina (*Triportheus angulatus*), la manitoa (*Brachyplatystoma vaillanti*), la lisa (*Schizodon fasciatus*), la doncella (*Pseudoplatystoma fasciatum*) y la llambina *(Potamorhina altamazonica*).

La recolección es una actividad no decisiva para la alimentación básica de las comunidades indígenas, pero si resulta importante como un elemento complementario de la dieta. Entre los alimentos silvestres encontramos una gran variedad de frutas silvestres, frutos de palmeras, condimentos, hongos comestibles e insectos. Entre las frutas, sobresalen el ubus (*Spondias mombim*), el camu-camu (*Myrciaria dubia*), la guava (*Inga edulis*), la palta (*Persea americana*), la guayaba (*Psidium guajava*), el arazá (*Eugenia stipitata*), la piña (*Ananas comosus*), la cocona (*Solanum sessiliflorum*), el cacao (*Theobroma cacao*), el caimito (*Chrysophyllum cainito*). Entre los frutos o drupas de palmas, abundan el aguaje (*Mauritia flexuosa*), el asaí o huasaí (*Euterpa precatoria, E, oleracea*), el pijuayo (*Bactris gasipaes*) y el ungurahui (*Oenocarpus bataua*). Entre los condimentos destacan el sacha culantro (*Eryngium foetidum*), el guisador, curcuma o palillo (*Curcuma longa)*, el achiote (*Bixa orellana*), el kión o jengibre (*Zingiber officinali*), el ají (*Capsicum sp*.), en

particular el ají charapita (*Capsicum frutescens*). Entre los insectos comestibles figuran el curuinshe (*Oeacondama cephalote*) y el suri (*Rhynchosphorus palmarum*), el más importante en toda la cuenca amazónica.

La agricultura realizada en chacras y huertos representa una fuente regular para la obtención de los alimentos propios de su dieta alimentaria, puesto que las otras actividades económicas (la caza, la pesca y la recolección) son inciertas y están sometidas a una fuerte presión por los extractivistas que sobreexplotan los recursos del bosque, sin atender a normas de sostenimiento ambiental y de respeto a la naturaleza. Aparte de inciertas, requieren de los indígenas un mayor gasto energético, cada vez más importante, como una vía para obtener alimentos. La agricultura practicada con propósitos de subsistencia familiar es migratoria, constituye siempre un monocultivo y es atendida por la mano de obra familiar, en la que el hombre limpia una parcela en el bosque y la mujer la siembra y la cultiva. Ese modo de producción se rige por principios comunales regulatorios de reciprocidad social y de corresponsabilidad con el cosmos. Ese régimen agrícola opera de acuerdo con la economía del don (Chase Smith, 1998: 72-76). En ese sistema cada obsequio (de caza o de pesca, por ejemplo), debe ser recibido y devuelto, porque está en juego el honor tanto del donante como del receptor, así como el fortalecimiento de los lazos entre los miembros individuales de una sociedad *indígena*. El intercambio propiciado por la economía del don, principalmente de alimentos, se realiza en contextos informales, cuando se retribuyen piezas de caza o de pesca o en contextos formales o rituales, por ejemplo, al regreso de una partida de caza o al inicio de la cosecha de la chacra.

La chacra de una comunidad indígena, cuya extensión rara vez es superior a las cinco hectáreas, se destina al autoconsumo familiar. Si hay algún excedente de producción con respecto a las necesidades familiares, el sobrante entra dentro de un sistema de redistribución propia de la economía del don. Los productos más importantes cultivados en la chacra indígena son, en líneas generales, yuca (*Manihot esculenta, M. utilísima*), plátano (*Musa paradisiaca, M. balbisiana*), frejol (*Phaseolus sp*.), maíz (*Zea mays*), caña de azúcar (*Saccharum officinarum*), sachapapa (*Dioscorea trifida*), huingo (*Crescentia cujete*), achiote (*Bixa orellana*), ají (*Capsicum spp*.). García Morales & Martín Brañas (2010) señalan que en las chacras se siembran varios rubros aportadores de carbohidratos, algunos árboles frutales y algunos cultivos más apropiados para los huertos familiares que para las chacras, como son las diferentes variedades de ajíes, maní y caigua.

Los ingredientes principales de la cocina indígena amazónica proceden básicamente del entorno inmediato, la mayoría originarios de la región amazónica. Otros, los menos, fueron introducidos como resultado de los procesos de difusión y de intercambio cultural.

La cocina de las comunidades indígenas es de elaboración sencilla, hecha con productos naturales y frescos (hay pocos alimentos que se conservan, por lo general pescados y carnes de caza, pero no es usual hacerlo). Casi no se emplean condimentos, a menos que sean algunas hierbas silvestres. Se utiliza muy poca o ninguna cantidad de sal, en comidas que se conoce como pango. No hay una gran variedad de platos, pero su comida es saludable y nutritiva. Casi no hay postres preparados y pocas bebidas, al contrario de lo que sucede en la dieta amazónica urbana. En las comunidades nativas indígenas se toma masato, una bebida hecha con yuca dulce cocinada, machacada en batán y fermentada en tinaja, que se consume tanto de manera cotidiana como durante las ceremonias rituales. Cuando se conservan alimentos, generalmente carnes de caza y pescados, se emplean tres métodos de conservación. El método más usado, que conserva los alimentos durante mayor tiempo, es el ahumado o kunishqa, empleando humo de leña. Los otros dos sistemas de conservación son el de la cecina, que consiste en exponer las carnes cortadas en tiras, saladas y expuestas al sol hasta que sequen, y el de michira, en el que los trozos de carne son conservados en su propia grasa, y luego fritas en la misma sustancia grasa.

Las especies vegetales utilizadas como condimento en las comidas, aparte de sazonar las comidas, se emplean como eficaces medicamentos populares. Es el caso, por ejemplo, del kion, usado para eliminar los fríos del cuerpo; el pampa orégano para calmar los dolores de estómago; el mishqui panga para combatir la hipertensión arterial y limpiar los riñones y las vías urinarias; el achiote como antibiótico vaginal y cicatrizante, y el guisador o cúrcuma como estimulante, expectorante y antiinflamatorio (Cartay, 2016: 220). La comida en las comunidades nativas se hace con ingredientes frescos, elaborada con pocos condimentos, incluso poca sal, y se basa en sistemas de cocción que privilegian el asado y el hervido o sancochado, y casi no se utiliza la fritura.

El corpus culinario de las comunidades nativas indígenas no corresponde a una variedad muy extensa de preparaciones culinarias. Se trata de una cocina modesta, sencilla, de escasa elaboración y de pocos platos. Es una cocina estrechamente dependiente de ingredientes frescos cultivados en las chacras y en los huertos, y de

productos obtenidos de la caza, de la pesca y la recolección, que no son sometidos a muchas transformaciones antes de ser consumidos, a menos que sean técnicas de conservación y de sistemas de cocción básicos. Muchos alimentos se consumen en crudo y de frescos. Así sucede con las frutas y algunos productos recolectados en el bosque. Las drupas comestibles de las numerosas especies de palmas existentes en la región amazónica requieren apenas de una simple cocción. Los ingredientes son, por lo general, tratados casi siempre de la misma manera: los pescados, asados o hervidos; las carnes, asadas luego de ser ahumadas o conservadas en cecina; los insectos, comidos crudos, o fritos en su propia grasa; las hortalizas, mayormente, yuca y plátano, sancochadas o asadas. En la comida prevalecen las sopas o caldos de pescado de agua dulce, las mazamorras con pescado y plátano verde rallado. Cuando el indígena se ausenta de su casa por uno días para realizar, por ejemplo, una partida de caza lleva consigo un avío o fiambre, que consiste en una reserva de pequeños pescados magros asados envueltos en hojas de mishqui panga o de bijao, a la manera de una patarashca.

La comida básica en las comunidades nativas indígenas alejadas de los centros poblados se reduce a unas tres sopas —timbuchi, shirumbi, mingado—; carne asada al fuego de leña y pescado sobre brasas, envuelto en hojas de bijao, insectos crudos, asados o fritos en su propia grasa; y dos bebidas (masato y chapo). El timbuchi o timbuche consiste en una sopa sencilla con pescado que se sancocha en agua y casi nada más, que se sirve acompañada de yuca dulce sancochada. El shirumbi es una sopa preparada con agua, yuca y alguna carne de animal de monte: venado, sajino, huangana, majaz, mono (maquisapa, leonicito, frailecito), a la que los indígenas son muy aficionados. En algunos grupos como campa, piro y jíbaro constituye una sopa ofrecida para agasajar al visitante. El mingado es una mazamorra hecha con plátano, verde o maduro, yuca cocinada o arroz, que se acostumbra endulzar con chancaca o sazonar con sal cuando hay. Una mazamorra tradicional es una sopa algo espesa hecha con pescado graso, como el paiche, que se cocina en agua junto con trozos de plátano verde. Las carnes de animales de monte se consumen asadas. Los insectos, como la larva suri del coleóptero *Rhynchophorus palmarum* o de la hormiga voladora siquisapa o curuinsi (*Atta sexdens*), son bocados que se comen crudos, asados o fritos. El masato es una bebida hecha con yuca cocinada, molida y luego fermentada en tinaja. El chapo es una bebida preparada en base a una mezcla hecha con plátano o guineo maduro cocinado y luego aplastado, a la que se agrega agua caliente o tibia para diluirla justo antes de consumirla.

En la medida en que las comunidades indígenas amazónicas están asentadas cerca de los centros poblados y sus miembros estén expuestos a un mayor contacto con pobladores urbanos (colonos, mestizos), va cambiando su dieta, ampliándose en su composición, aumentando el consumo de productos procesados, arroz, fideos, harinas, aceite y bebidas gaseosas. Buena parte de la cocina que se conoce como "amazónica" es una comida más elaborada, que en sus orígenes constituía una preparación mucho más simple que la actual. Así ocurrió con la sarapatera, la patarashca y el juane, con sus variantes. La sarapatera es una comida preparada en el casco o caparazón de una tortuga de río de gran tamaño llamada charapa (*Podonecmis expansa*). Consiste en una sopa espesa hecha con agua, plátano verde, carne de charapa y menudencias. La patarashca es un plato y una técnica de preparación en la que se envuelve un pescado entero, como el boquichico, en hojas de bijao y luego se cocina a las brasas. El juane es una preparación, la más conocida de la Amazonía peruana urbana, emblemática de la fiesta de San Juan, a pesar de que es elaborada con ingredientes ajenos a la Amazonía indígena, como ocurre con el arroz, la carne de gallina y los huevos. En su preparación se emplea la técnica de la patarashca, envolviendo un relleno en hoja de bijao, para luego cocer el conjunto en agua o asarlo a las brasas. El relleno lleva generalmente arroz o yuca dulce sancochada y molida, carne de gallina o pescado.

Los estudios antropológicos no reportan comidas específicas en la región propias de las ceremonias rituales. Por lo general durante esas ceremonias se bebe, baila y canta, sin casi ingerir alimento sólido. Durante esas celebraciones se toma masato en abundancia, que alimenta a los danzantes. La alimentación indígena obedece, al parecer, más a una cierta dietética que satisface las necesidades del cuerpo, y que está sometida a muchas restricciones alimentarias y tabúes. En estas sociedades muy ligadas a la naturaleza, de la cual dependen estrechamente para su alimentación, las comidas y bebidas, consideradas desde el contexto cultural en el cual son consumidas, implican la observancia de un conjunto de normas y códigos rígidos influidos por su esencia ritual. Cumplen, en ese contexto, una serie compleja de funciones ligadas al imaginario, al simbolismo y a la identidad del grupo, que Fischler (1993: 88) llama función bioantropológica. La cocina de esas sociedades se sitúa, de esa manera, en el corazón mismo de la identidad, individual y comunitaria, aportándole al individuo y al grupo una especie de "lente", a través del cual se puede ver y comprender mejor al mundo que lo rodea. Desde esa zona de seguridad, el individuo puede insertarse con una cierta facilidad en "su mundo", para relacionarse con los otros seres con los que interactúa, buscando el sentido de su vida, y cumplir, así, un imperativo dictado por su cultura.

Bibliografía

BASS, S., *et al.* "Sustaining the environment to fight poverty and achieve the millennium development goals". *Review of European Community and International Environmental Law, vol.* 15, núm. 1, pp. 39-55, 2006.

BELAUNDE, Luisa Elvira. *El recuerdo de Luna. Género, sangre y memoria entre los pueblos amazónicos*. Lima: Centro Amazónico de Antropología y Aplicación Práctica, 2008.

BELLIER, Irene. "Los maihuna". En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía etnográfica de la Alta Amazonía.* Vol. 1. Quito: IFEA- FLACSO Ecuador, pp. 3-179, 1994.

BERLIN, Brent.; BERLIN, E.A. "Etnobiología, subsistencia y nutrición en una sociedad de la selva tropical. Los Aguaruna". En A. Chirif (comp.), *Salud y Nutrición en Sociedades Nativas.* Lima: Centro de Investigación y Promoción de la Amazonía, pp. 13-49, 1979.

BRACK EGG, Antonio; BRAVO, Fernando. *Perú: legado milenario*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2005.

BRACK EGG, Antonio; MENDIOLA, Cecilia. *Ecología del Perú*. Lima: Bruño-PNUD, 2000.

BRACK EGG, Antonio. *Diccionario de frutas y frutos del Perú.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2012.

_____ *Diccionario Enciclopédico de las Plantas Útiles del Perú*. Cusco: CBC, 1999.

CARPENTER, S.R.; FOLKE, C. "Ecology for transformation". *Trends in Ecology and Evolution*. vol. 21, núm. 6, pp. 309-315, 2006.

CARTAY, Rafael. *La mesa amazónica peruana. Ingredientes, corpus y símbolos.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2016.

CHASE SMITH, Richard. "El reto para la economía indígena amazónica: la reciprocidad, la acción colectiva y el bien común dentro de la economía de mercado". En C. Landázuri N. (comp.), *Memorias del I Congreso Ecuatoriano de Antropología*. Vol. III. Quito: Abya Yala, pp. 71-94, 1998.

CHAUMEIL, Jean-Pierre. "Los yagua". En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. 11, Quito: IFEA-FLACSO Ecuador. pp. 264-274, 1994.

CHIRIF, Alberto. *Pueblos de la yuca brava. Historia y Culinaria*. Lima: ORE-IWGIA-IBC. Nouvelle Planete, 2014.

COMISIÓN AMAZÓNICA DE DESARROLLO Y MEDIO AMBIENTE. *Amazonía sin mitos.* Bogotá: Oveja Negra, 1994.

DESCOLA, P. *Las lanzas del crepúsculo. Relatos jívaros de la Alta Amazonía. B*uenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2005.

DOUROJEANNI, Marc. *Loreto sostenible al 2021*. Lima: DAR, 2013.

ELLIOT, Jorge. *La diversidad biológica de los Andes tropicales: flora y fauna del Alto Mayo (San Martín, Perú)*. Lima: ITDG, 2014.

ERICKSON, Phillipe. "Los mayoruna". En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la alta Amazonía*. Vol. II, Quito; FLACSO Ecuador-IFEA, pp. 3-127, 1994.

ESPINOSA, Waldemar. *Amazonía del Perú*. Lima: Fondo Editorial del Congreso del Perú / Banco Central de Reserva del Perú / Promperú, 2007.

ESTRELLA, J. *et al, Biodiversidad y recursos genéticos: una guía para su uso y acceso en el Ecuador.* Quito: Abya Yala, 2005.

FISCHLER, Claude. *L´(h)omnivore*. Paris: Odile Jacob, 1993.

FLORES ARRUÉ, Guillermo. *Inguirito machacado y algo más*. Iquitos: Tierra Nueva, 2004.

FLORES PAITÁN, Salvador. "Agrodiversidad tradicional en el departamento de Loreto y su contribución a la seguridad alimentaria y al dsarrollo sustentable amazónico". En Carmen Felipe Morales y Antonieta Manrique (eds.). *Agrobiodiversidad en la región andina y amazónica*. Lima: NGO-CGIAR, pp. 365-385, 2000.

FRANK, Erwin H. "Los Uni". F. Santos Granero y F. Barclay (eds.). *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. II. Quito: FLACSO Ecuador- IFEA, pp. 133-209, 1994.

GARCÍA MORALES, Juan Carlos; MARTÍN BRAÑAS, Manolo, (eds.). *Chacras amazónicas.* Quito: Programa de Cooperación Hispano Peruano- Proyecto Araucaria XXI. Nauta: Ministerio del Ambiente y Agencia Española de Cooperación Internacional, 2010.

GEF/ PNUD/ UNOPS. *Amazonía peruana, Comunidades indígenas, conocimientos y tierras tituladas. Atlas y base de datos*. Lima: GEF/ PNUD/ UNOPS, 1997.

GÓMEZ BAGGETHUN, Erik; DE GROOT, Rokuj. "Capital natural y funciones de los ecosistemas: explorando las bases económicas de la ecología". *Ecosistemas,* vol. 16, núm. 3, pp. 4-14, 2007.

GOULARD, Jean-Pierre. “Los ticuna”. En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. 1. Quito: IFEA-FLACSO Ecuador, 1994, pp. 309-443.

GOULARD, Jean-Pierre. *Entre mortales e inmortales. El ser según los Ticuna de la Amazonía*. Lima: Centro Amazónico de Antropología y Aplicación Práctica, 2009.

KOTTAK, Conrad Phillip. *Antropología cultural*. México: McGraw Hill, 2011.

LUY, Lluys. *El arca criolla*. Caracas: Fundación Terra Viva, 2013.

MACERA, Pablo; CASANTO, Enrique. *La cocina mágica ashháninca*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2011.

MARTÍN LÓPEZ, Berta, *et al.* “Biodiversidad y bienestar humano: el papel de la diversidad funcional”. *Ecosistemas,* vol. 16, núm. 3, pp. 69-80, 2007.

MEZA, V.E. *Trascendencia de la carne de monte en la alimentación de las comunidades nativas de la cuenca del Ampiyacuy y Yahuasyacu. Loreto, Perú*. Iquitos: UNAP, 2000.

MIMSA. *Tabla de Composición de Alimentos*. Lima: CENANI, 2009.

MITTERMEIER, Russell A. *et al. Megabiodiversidad: los países biológicamente más ricos del mundo*. México: CEMEX- Agrupación Sierra Madre, 1997.

MORIN, Edgar. *El método. La humanidad de la humanidad. La identidad humana.* Madrid: Ediciones Cátedra, 2003.

MORIN, Francoise. “Los shipibo-conibo”. En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. III. Quito: IFEA. Smithsonian Tropical Research Institute, 1998.

NIETSCHMANN, Bernard. *The Interdependance of Biological and Cultural Biodiversity*. Center for World Indigenous Studies. Ocassional Papers 21. Kenmore, Wa., Center for World Indigenous Studies, 1992.

ONFRAY, Michel. *La razón del Gourmet*. Buenos Aires: Ediciones de la Flor, 1999.

ROOSEVELT, Anne. (ed.). *Amazonian Indians. From Prehistory to the Present. Anthropological Perspective*. Tucson: The University of Arizona Press, 1994.

ROSENGREN, Dan. "Los mastsiguenka". En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. IV. Quito: IFEA – Smithsonian Tropical Research Institute, pp. 5-157, 1994.

SANTOS GRANERO, Fernando; BARCLAY, Frederica. *La frontera domesticada. Historia económica y social de Loreto. 1850-2000*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, 2002.

SANTOS GRANERO, Fernando. “Los yanesha”. En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía Etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. IV. Quito: IFEA- Smithsonian Tropical Research Institute, pp. 163-359, 2004.

SARUKHÁN, José, DIRZO, Rodolfo. (comp.). *México ante los retos de la biodiversidad.* México: Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, 1992.

SEITZ LOZADA, Glend M. “Ruptura generacional en las comunidades nativas awayún shugshug, nayumpim y wawas durante las últimas décadas”. En SEPIA, *Género y gestión de recursos naturales.* Lima: SEPIA, págs. 125-150, 2007.

SURRALLÉS, Alexandre. “Los candoshi”. En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.). *Guía etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. VI. Lima: Smithsonian Tropical Research Institute, pp. 247-375, 2007.

TELLO, Salvador. "Los ríos y sus recursos". En R. Varón Gabal y C. Maza (eds.), *Iquitos*. Lima: Telefónica, pp. 124-129, 2014.

VARESE, Stéfano. “Conferencia Inaugural Amazonía. ¿Cuarenta años de diálogo antropológico o de monólogo ideológico?”. En Chaumeil, J.P. *et al*. (eds.), *Por donde hay soplo*. Lima: IFEA/ PUC Perú / CAAAP / Centre EREA du LESC, 2011.

WEISS, Gerald. “Los campa ribereños”. En F. Santos Granero y F. Barclay (eds.), *Guía etnográfica de la Alta Amazonía*. Vol. V. Quito: Smithsonian Tropical Research Institute-IFEA, pp. 5-65, 2005.

WUST, Walter H. *Guía de especies útiles de la flora y la fauna silvestre. Tomo 8. Santuarios Naturales del Perú*. Lima: Peisa, 2003.






COCINA ASIÁTICA EN PERÚ

José Manuel Iglesias
Secretario General de World Gastronomy Institute (WGI)

Las influencias de la cocina oriental en el Perú son muchas y arraigadas. ¿Por qué un país sudamericano cuenta con un patrimonio gastronómico asiático tan relevante? La cocina nikkei y la cocina chifa tienen su propia personalidad e historia.

La icónica gastronomía peruana es una de las más importantes del planeta, contando con tradiciones prehispánicas que se han conservado hasta nuestros días, enaltecida con la gran impronta española y ampliada con la denominada «cocina de fusión», ese modelo que entremezcla técnicas e ingredientes aparentemente alejados geográfica y culturalmente. El resultado de la alianza de las diferentes cocinas ha sido la generación de nuevas fórmulas, creaciones que reúnen y armonizan formas disímiles de entender la alimentación, instituyendo nuevas recetas y modos de consumo, implantando nuevos estilos.

En el Perú, la cocina fusión es algo más que una corriente en boga o de las sutilezas más o menos logradas de algún chef iluminado; está presente en la vida cotidiana. Es la consecuencia de una realidad social histórica, en la que han intervenido grandes flujos migratorios, como el de los africanos que recabaron en el Perú en contra de su voluntad o los procedentes de China y de Japón, modificando y trasformando el desarrollo del país, su perfil demográfico, su diversidad étnica y las costumbres, que fueron cambiando con la llegada de los grandes colectivos que arribaron con sus propios usos tradicionales, conservados a través de las generaciones; y que, en ocasiones, han conciliado con el entorno, participando activamente en la construcción del Perú contemporáneo, tal y como ahora se comprende: un país con una riqueza gastronómica sin par.

En esta perspectiva hay que reseñar dos grandes fenómenos gastronómicos relacionados con Asia, la cocina nikkei de ascendencia japonesa y la cocina chifa, proveniente de China. No son cocinas japonesa o china adaptadas a otro país, son nuevos estilos con idiosincrasia y temperamento propios, que nacieron de la inmersión incompleta y progresiva en la sociedad peruana de los chinos y japoneses que, por diferentes motivos, emigraron al Perú y crearon su modus vivendi.

La gastronomía peruana es una de las más grandes por razones históricas, por la riqueza de su despensa natural —con productos autóctonos emblemáticos y esenciales—, y por su diversidad geográfica y orográfica. En el Perú conviven los valles con las grandes cumbres, las planicies desérticas con las selvas amazónicas. Un país en el que las elaboraciones mesetarias compiten con los platos de la costa, componiendo el variopinto y rico paisaje gastronómico peruano. Y si a la cocina precolombina se suma la importante presencia de la cocina española —y, por ende, árabe y europea, con importantes ascendientes franceses— y se añade el ingenio de las cocinas asiático-americanas, el desenlace es una multiculturalidad alimentaria inigualable.

La orientalización de la cocina peruana

Un ejemplo por antonomasia de fusión asiático-americana es el plato conocido como tiradito, que es el resultado del encuentro cultural entre el tradicional cebiche con el no menos legendario sashimi japonés, creando una receta nueva que se identifica con todo el Perú, independientemente de sus genealogías.

El ejemplo cebiche-tiradito es paradigmático y alcanza su verdadera comprensión cuando se conoce, siquiera someramente, su historia. Está formalmente aceptado que el cebiche tiene su origen —al menos uno de ellos— en la cultura Moche, que preparaba el pascado fresco fermentándolo con el fruto de la curuba andina. Este modelo de elaboración fue evolucionando y en el antiguo Imperio Inca el pescado se maceraba en chicha, una especie de cerveza preparada con cereales o frutas, que consumía aliñando con sal y ají. Con la llegada de la cultura hispana, la receta se fue modificando al añadir cítricos —inicialmente naranja amarga— y cebolla. Según cuentan las crónicas históricas, fueron las moriscas que acompañaban la expedición de Francisco Pizarro las responsables de añadir los jugos de naranjas y limones como ingrediente para aportar tonos agrios a los pescados, al modo de los escabeches árabes (Sikbāg), creando en América la receta llamada sibech, que en árabe significa «comida ácida». Del sibech al sibich, del sebich al, finalmente, cebiche, sólo fue cuestión de tiempo hasta que se convirtió en el plato nacional peruano, tan representativo que cuenta con establecimientos para su venta y consumo, las populares cebicherías.

Formalmente, se puede aceptar que el tiradito nace del cebiche, transformando la receta de la que es heredera. Un tiradito se diferencia poco de un cebiche, ya que ambos son pescados crudos «cocinados» en zumo de cítricos —especialmente

limón— y sólo difieren en el corte del pescado, que, en el caso del tiradito, bebe de las fuentes de la sabiduría japonesa. El tiradito también se puede diferenciar del cebiche, dependiendo de las zonas, en las variaciones que presenta en algunos ingredientes, que en muchos casos tienen influencia china como la crema de ají amarillo o la salsa de rocoto rojo. También está la famosa versión realizada con aceituna negra, que aporta color oscuro y que suele denominarse como tiradito al olivo, árbol que fue llevado a tierras americanas por Cristóbal Colón.

Hay numerosas leyendas acerca de los orígenes del tiradito, pero la realidad es que no se conoce cuándo o dónde procede este aromático y colorido plato. Incluso hay hipótesis —ninguna comprobable— que achacan el Tiradito a la influencia del Carpaccio italiano en el Puerto del Callao. Apenas podemos asegurar que empezó a aparecer en las cartas de los restaurantes limeños a partir de 1980, pero nadie puede asegurar cuándo o cómo se creó. Ahora forma parte de la cultura culinaria del Perú y, aunque las teorías sobre su origen se multiplican con su fama y difusión internacional, hay *quorum* en cuanto a la etimología de su nombre, dándose por bueno que proviene de es-tiradito, en referencia a estirar en el plato las finas láminas de pescado cortadas «a la japonesa», si bien no es el corte exacto del sashimi, tal y como se puede leer en diferentes fuentes. El corte del tiradito es la mezcla que surge de aplicar técnicas del «arte cisoria» de la cocina japonesa, unido al clásico y ancestral corte peruano.

Resolvamos por tanto que el fino y elegante tiradito es un primo del cebiche, producto empírico de la sabiduría popular y del mestizaje cultural, que evoluciona siguiendo su propio camino, del que no se conoce el destino.

Cocina nikkei

La combinación culinaria japonesa-peruana llamada cocina nikkei tiene un pasado singular, anterior a la adaptación de recetas patrimoniales a la cocina de vanguardia, tal y como se ha conocido fuera del Perú, en forma de tendencia de éxito internacional. En este país, la cocina japonesa se introdujo con el paso de las décadas, suavemente, poco a poco, adaptándose a los ritmos latinoamericanos, sin grandes estridencias.

La cocina nikkei nació como consecuencia de la gran oleada de ciudadanos japoneses que recalaron en Perú a finales del siglo XX, a través del Tratado Bilateral

de Colaboración firmado en 1873 entre Japón y Perú. El impacto sociocultural que se produjo con el aluvión de japoneses arribados a la conocida «tierra de los incas» fue mayúsculo, incluyendo la importancia de sus numerosos descendientes, que ya eran ciudadanos peruanos de pleno derecho. Este fenómeno migratorio de grandes proporciones también tuvo su huella en las costumbres culinarias de la sociedad peruana, ampliando, renovando y modificando el corpus culinario del país, especialmente en lo que a pescados se refiere.

Actualmente, para los peruanos encontrar en su menú un pescado preparado con corte tradicional japonés no es algo exótico, sino cotidiano, más propio que adoptado y, por supuesto, nada ajeno. Hay restaurantes especializados en cocina nipona y en nikkei, pero la ascendencia japonesa se deja sentir en toda la cocina peruana, afectada y fundida en técnicas asiáticas de modo permanente. Las actuales generaciones de chefs peruanos de ascendencia japonesa, que son peruanos y hablan, visten y piensan peruano, pero tienen rasgos y apellidos japoneses, evidencian que la fusión ha sido tan completa que ya no son los herederos de la cultura japonesa emigrante, sino una parte sustancial del Perú del siglo XXI, sin la cual el país sería otro.

Los peruanos tenían constancia de que la cocina peruano-japonesa era algo diferente a cualquier otra propuesta culinaria, incluso antes de que la periodista Mariella Balbi pusiera nombre a la manifestación cultural, popularizando el término cocina nikkei (日系), tomando prestado el término de la palabra que usan en Japón para definir a los japoneses que emigraron fuera del «país del sol naciente» y a sus descendientes, incluyendo a aquellos que sólo son tienen antepasados nipones por alguna rama familiar. Nikkei también es como se conoce al índice bursátil de Tokio. Según diferentes fuentes, el origen del término nikkei, aplicado a la cocina de fusión peruana, lo acuñó el poeta Rodolfo Hinostroza, que señaló allá por 1980 haber «descubierto el sabor nikkei» en referencia a la mezcla gastronómica producto de la unión estelar del Hinomaru (disco solar rojo) con el Inti (nombre en quechua del sol).

La cocina japonesa se agitó en su paso por el Perú, instalándose y transformándose en algo diferente, acomodado a otro contexto, pero sin haber perdido su esencia identitaria, sus particularidades estéticas, su geometrismo y pulcritud, la perfección de los movimientos millones de veces repetidos en las cocinas, la rigurosidad del minimalismo. Es una cocina que sigue siendo metódica, pero que ha sucumbido al carácter peruano y a la cocina criolla, mucho más impetuosa e irónica, aceptando

ingredientes impensables, mezcolanzas traviesas y constantes guiños al entorno. El estilo nikkei es creatividad en estado puro, muchas veces transgresor, pero siempre fiel a principios originales y exigentes.

Cinco generaciones después de la ola migratoria y con más de 130 000 peruanos descendientes de japoneses completamente integrados en Perú, la cocina nikkei ha alcanzado cotas de expresión que no podrían ni haber imaginado aquellos emigrantes japoneses que llegaban al Perú tras una larga y dura travesía de meses en barco para trabajar en los campos de algodón y azúcar. Esos mismos japoneses que tuvieron que adaptarse a los productos andinos y aprender a cocinar con verduras y pescados que desconocían. Ellos fueron los pioneros, pero fue su prole de hijos y nietos quienes dejaron el trabajo agrícola para irse a las ciudades, y comenzaron a abrir restaurantes con recetas ajustadas al gusto criollo, así como trabajando en las cocinas de restaurantes no japoneses, influyendo con su arte eficaz en la cocina peruana en general. Entre las modificaciones que se lograron en las costumbres resaltan los tiempos de marinado de los pescados, que se redujeron. También se aligeró el uso de fuertes especias y se añadieron toques de jengibre y mostaza. En los restaurantes del Perú se aprendieron los cortes de pescado que los japoneses conocían de sus islas. La cocina nikkei estaba servida: no se trataba solamente de adaptar la cocina japonesa o de influir la cocina criolla, se consiguió integrar la una en la otra y crear además algo nuevo. No hubo un cataclismo consecuencia de un choque de culturas arcaicas y hereditarias, simplemente se fundieron de forma tan natural al modo en que el agua del río entra en la del mar a través de un delta.

La cocina nikkei mantiene sólidos criterios japoneses, suma ingredientes criollos —en ocasiones, tan inesperados como los productos amazónicos— y se identifica por rasgos como el uso de las algas, de fritos en tempuras, de la aromática soja, de los cortes de sushi o sashimi o de los tartares, sin renunciar jamás al buen aporte de los ajíes, los rocotos o inclusive del pisco como ingrediente culinario, aun combinado con un sake.

El modelo se está exportando por todo el mundo, en gran parte debido al enorme empuje que ha dado a la cocina nikkei el mediático cocinero peruano Gastón Acurio, que con su sofisticación ha logrado captar el interés de los paladares más exigentes, creando escuela y expectación mundial.



Cocina chifa

Las artes culinarias chinas —primordialmente, la cocina cantonesa— tienen en el Perú uno de sus mejores sucesores. La denominada como chifa es el producto y desenlace de la ecuación que multiplica de forma exponencial la gastronomía peruana con los conocimientos y costumbres que llevaron los chinos al Perú para quedarse y formar parte intrínseca del país.

El término chifa define a la cocina que los inmigrantes chinos crearon en Perú desde mediados del siglo XIX, pero además se ha extrapolado y también se conocen por este nombre a los restaurantes especializados donde se prepara y sirve la comida chino-peruana. Sobre el origen de la palabra hay dos versiones populares. La primera que deriva de la expresión Ni chin fan, traducida por ¿Ya has comido?, y la segunda, más aceptada, que dice que proviene del chino cantonés, concretamente de la expresión ´饎飯`, transcrito al alfabeto occidental como «Chi fan», cuyo significado literal es «comer arroz», voz que —cuentan— surgió hacia 1930, cuando los pioneros de la hostelería china en Perú pregonaban su comida para atraer clientes a sus restaurantes en Lima, la capital peruana. De aquel primigenio «Chi fan» ha quedado instalado el chifa en el lenguaje español, definiendo en la actualidad al estilo chino-peruano en cualquiera de sus versiones, desde las más tradicionales a las más rabiosas vanguardias de alta cocina, e incluso a nuevos modelos de fusión, ya que está en constante evolución y los peruanos chino-descendientes han llevado la cocina chifa a otros países, incorporando nuevos ingredientes locales y formas de cocinar. En España, los restaurantes chifa son muy populares y se ha producido la paradoja de que en el país que tanto influyó en Perú, la cocina chino-peruana se ha vuelto a transformar, incluyendo en este caso ingredientes de la península ibérica, cerrando de algún modo un círculo que, en todo caso, siempre quedará abierto a nuevos procesos evolutivos.

Las primeras oleadas de chinos llegaron al Perú a partir de 1850 para trabajar en condiciones casi esclavistas en los latifundios, especialmente en duros trabajos agrarios. Los contratos leoninos eran avalados por el Estado peruano, que subvencionaba la llegada de trabajadores al país, pero estas ayudas económicas eran repartidas entre los patronos, los intermediarios y los captadores de mano de obra barata en China. Una de las estipulaciones contractuales exigía que una parte del salario de los inmigrantes se dedicara al cultivo de plantas comestibles procedentes del país de origen de los trabajadores para la alimentación de los propios chinos,

lo que provocó que este colectivo pudiera conservar sus hábitos alimentarios. Los chinos que conseguían liberarse de la deuda adquirida por el viaje, recababan en las grandes poblaciones —muchísimos en Lima—, dedicándose en su mayoría a vender alimentos y a cocinarlos para otros compatriotas y, poco a poco, también para los peruanos, que comenzaron a desarrollar el gusto por la cocina de los chinos. La convivencia y la integración progresiva hicieron que los chinos comenzaran a cocinar recetas locales y a adaptar las propias a los gustos de sus vecinos. En principio el estilo era el de la cocina de Cantón, si bien pronto se fue desarrollando un estilo único y diferenciado de cualquier otra cocina china o de origen chino.

Los pequeños establecimientos de los primeros chinos, conocidos en Lima como fondas, se empezaron a convertir en restaurantes temáticos hace aproximadamente un siglo —a partir de 1921— y empezaron a ser frecuentados por las clases altas y la burguesía limeña, adoptando como propia la cocina chifa, que primero fue una moda, y luego se popularizó, dando origen a restaurantes de postín y a «chifas de barrio».

El primer restaurante chifa reconocido como tal fue el llamado Kuong Tong ("Cantón" en chino) fundado en el centro de Lima. Luego llegarían otros restaurantes chifa míticos como San Joy Lao ("Montañas y Mar" o "Entre los cerros y el mar"), Men Yut ("Luna Clara") o el Ton Pho (el nombre de un poeta chino tradicional).

Los primeros platos chifa eran más chinos que peruanos, pero poco a poco se fueron creando las especialidades propias. La milenaria cocina china dio paso a un repertorio adaptado a los gustos sudamericanos, que ha triunfado con platos como el arroz chaufa, los caldos y sopas o las sempiternas salsas de soja o agridulce. Los productos de origen chino pasaron a formar parte de la cesta de la compra en Perú, incorporando verduras como las coles y cebolletas chinas. De la capital, los chifas saltaron a otras poblaciones del país y los aromas a jengibre y soja inundaron las calles peruanas.

El arroz chaufa es con seguridad la receta más representativa de la cocina chifa, y se tiene referencia escrita de este plato desde 1934. Básicamente es un arroz frito al que se añaden vegetales, salsa de soja —llamada en Perú, como en cantonés, sillao— y otros ingredientes que varían, desde huevo a carnes de todo tipo e incluso pescados o mariscos. Dependiendo de los ingredientes, el arroz chaufa cambia de

nombre, y está tan integrado en el Perú que existen chaufas con elaboraciones tan autóctonas como el charqui, una carne seca andina. Estos arroces son tan importantes culinariamente que tienen un oficio asociado y a los cocineros expertos en la preparación se los denomina chauferos.

Una cocina muy nutritiva, consolidada en todos los sectores socioeconómicos y en constante expansión.

Entre los platos más reconocidos de la cocina chifa figuran la sopa wantán (elaborada con pasta china de trigo, verduras y carnes de pollo y cerdo), siu mai (un *dumpling* de carne picada y setas, con un punto central vegetal), los chūn juǎn (una versión de los conocidos rollos de primavera), los tallarines salteados en wok, con preparaciones similares al arroz, el chancho —cerdo— con tamarindo y salsa agridulce, o el pollo chijaukai (pollo deshuesado y cocinado con salsas mensi y hoisin). En los chifas, no suelen faltar ingredientes andinos como el choclo (maíz) o el cuy (un roedor muy característico del Perú), independientemente de si son chifas de barrio con cocina y precios populares, o lujosos restaurantes en los que los peruanos celebran acontecimientos familiares, reuniones de negocios y todo tipo de fiestas, en ocasiones con baile.

El primer restaurante chifa y su fundador

Los antecedentes de los chifas fueron las llamadas fondas chinas, unos pequeños establecimientos, generalmente enfocados a dar de comer a los propios chinos, no pensados originalmente para el resto de peruanos. Eran negocios menores, que en documentos de época llegan a definir como «recoletos comederos», que no podrían definirse como restaurantes, sino más bien como el establecimiento en locales de vendedores callejeros. Las fondas chinas en Lima fueron el fruto del emprendimiento y esforzado trabajo de los chinos que se liberaban de los contratos que les habían llevado a Perú, permitiendo que se fraguaran su futuro y el de sus familias.

El primer chifa, un restaurante al uso y no una pequeña fonda, se inauguró en Lima en 1921 y se llamó Kuong Tong (Cantón, en chino), con presencia del alcalde de Lima, Pedro Pablo Mujica Carassa (1920-1921), que dio el empaque necesario al evento como para despertar el interés de la intelectualidad y de la clase política, que hicieron del establecimiento uno de sus lugares preferidos.

El propietario fue el Sr. Chan Shi Tzu (también transcrito como Chang Kay Chu) conocido en el Perú por su nombre de Don Juan Iglesias, un intrépido e inteligente hombre de negocios que poseyó empresas, haciendas, editoriales y agencias de viajes, además de ser mecenas del deporte, de ejercer como diplomático y de intervenir en diferentes ocasiones en la política internacional.

Juan Iglesias nació en el Perú en 1878 y su padre fue un culí (trabajadores no cualificados de las haciendas) llamado Chan Yu Kuan, natural de Punyui, en el Cantón de la China Imperial, de la que salió para emigrar al Perú en búsqueda de oportunidades y nuevos horizontes, gracias a los acuerdos chino-peruanos de aquel entonces.

Tras emigrar a la ciudad de Lima, Iglesias, inscrito por su padre como Juan Francisco Iglesias Núñez —tomando los apellidos del patrón latifundista que le empleaba—, empezó vendiendo maní tostado por la ciudad, estudió inglés de forma autodidacta y tuvo varios trabajos como el de traductor de la Chinese Legation. Gran trabajador, supo convertirse en un próspero negociante y empresario, llegando a la alta dignidad de cónsul de China en Lima y Callao y, posteriormente, ejerció como cónsul general de China en Perú —entonces no había embajador— tal y cómo contó —en exclusiva para *World Gastronomic Magazine*— Javier Iglesias, un peruano moderno y contemporáneo, bisnieto de Chan Shi Tzu - Juan Iglesias.

Javier Iglesias, descendiente chino de varias generaciones, orgulloso de sus orígenes, vive con intensidad los avatares de su antepasado y tuvo a bien hablar del primer restaurante chifa para *World Gastronomic Magazine*, declarando: «El restaurante estaba situado en la antigua calle Capón, en lo que era el barrio chino de Lima, en el centro de la ciudad. Estuvo abierto unos treinta años y cerró a principios de los años sesenta. Mucha gente recuerda todavía sus bailes y que había una fuente en la entrada, en la cual criaban camarones y peces, para disfrute de todos los clientes». Una de las aportaciones del restaurante Kuong Tong fue idiomática, según relata Javier Iglesias: "En el restaurante de mi antepasado se acuñó el término taipa, que en principio era un plato de gallina con setas y arroz, tan rico y abundante que influyó en el idioma español en Perú, y ahora es sinónimo en todo el país de algo "bien servido". Actualmente, incluso aquellos que no saben su procedencia lo identifican con un plato copioso y ahora se aplica en Perú no sólo a la cocina chifa, sino en general, constituyendo de facto un peruanismo que se oye en cualquier establecimiento, siendo fácil oir algo como "Sírveme taipa" o "Bien taipa" en cualquier ambiente".

Han pasado unos cien años desde la fundación del primer chifa, y el descendiente de su fundador —uno de los diez nietos y treinta bisnietos— afirma que pese a su identidad peruana incuestionable, sigue teniendo conciencia de sus orígenes: "Yo pertenezco a la Asociación Peruano-China, mis amigos son tusan, mezcla de chino y peruano, y aunque mi familia está totalmente integrada, nosotros ya no llevamos rasgos orientales".



LA FLOR MORADA DE LOS ANDES[1]

Sara Beatriz Guardia
Directora de la Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible de la Universidad de San Martín de Porres, Perú

El origen de la papa se remonta a más de 8000 a. C. cuando en el extenso territorio de los Andes de América del Sur ya existían ciervos, guanacos, venados, cuyes, vizcachas, y en el mar abundaban pescados y mariscos. Varios descubrimientos arqueológicos en cuevas de ese período indican que la domesticación de cultivos se produjo primero en la sierra, y que entre 4000 a. C. a 2500 a. C. se desarrollaron cultivos de papa, yuca, guayaba, camote, ají, olluco, oca, mashua, arracacha, yacón, y hierbas como huacatay, paico, muña y achiote; aunque el pallar común se cultivó con anterioridad "junto con algunas calabazas y con la achira"[2]. Así mismo, existen evidencias arqueológicas de su cultivo en cerámica correspondiente las culturas Mochica, Chimú y Tiahuanaco-Nazca. Según el botánico ruso, Nicolai Vavilov, en el continente americano hubo dos centros importantes en el desarrollo de la agricultura y domesticación de plantas: Mesoamérica (sur de México y Guatemala) y los Andes Centrales Peruanos[3].

Fue en 1535, cerca del lago Titicaca, que los españoles reportaron por primera vez la existencia de la papa. En su crónica, Pedro Cieza de León escribió en 1553: "De los mantenimientos naturales fuera del maíz, hay otros dos que se tienen por principal bastimento entre los indios; al uno llaman papas, que es a manera de turmas de tierra, el cual después de cocido queda tan tierno por dentro como castaña cocida; no tiene cáscara ni hueso más que lo que tiene la turma de la tierra; porque también nace debajo de tierra, como ella"[4]. Otros cronistas las encontraron parecidas a las nueces, o las compararon con ajos redondos y gruesos. Francisco

---

[1] Sara Beatriz Guardia. *La flor morada de los Andes*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2004. Gourmand World Cookbook Awards Suecia 2004: Mejor Libro del Mundo (América Latina), Mejor Libro de Historia de la Gastronomía en Español, Mejor Libro Especialidad Alimenticia en Español, Tres Estrellas. Obra Maestra. Mejor Libro entre los Mejores. Opera House, Frankfurt, 14 de octubre, 2008. Mejor Libro entre los Mejores publicados durante los 20 últimos años. Opera House, Frankfurt, 14 de octubre, 2015

[2] Fernando Cabieses. *Agricultura y nutrición en el Perú*. Lima, 1988, p. 21.

[3] Mario Tapia. *Semillas andinas*. Lima, 1993, p.10.

[4] Pedro Cieza de León. *Segunda parte de la crónica del Perú, que trata del Señorío de los Incas Yupanquis*. Madrid, 1880, p. 110.

López de Gomara, en *Historia General de las Indias*, dice: "La gente vive en el Collao por cientos de años y comen ciertas raíces similares a trufas que ellos llaman papas"[5]. Garcilaso, señala que "los indios las comían asadas y las conservaban en forma de nieve o sea chuño"[6]; también José de Acosta (1590) sostiene que las almacenaban deshidratas al sol y que las llamaban chuño[7]. Y, Guamán Poma, consigna un grabado de la siembra de papa[8].

La llamaron Kausay, que en quechua significa sustento necesario para la vida[9], tal era la importancia de la papa en la alimentación y en el ceremonial mítico religioso. Sin embargo, se trata de un culto de menor significación que el ceremonial dedicado al maíz, que tuvo deidades consagradas en todas las culturas precolombinas. Según Guamán Poma, el ciclo anual y el sistema de regadío se organizaba en el Tawantinsuyo alrededor del cultivo del maíz; mientras que en la cultura azteca, Centeotl, era el dios del maíz, Gilonen, la diosa de las mazorcas tiernas, y Ilamatecuhtli, diosa de las mazorcas secas[10]. También figura en el libro maya, Popol Vuh, como principio salvador: los primeros hombres hechos de arcilla perecieron en una inundación, lo mismo que los segundos hombres hechos de madera fueron arrasados por la lluvia, solos los hombres de maíz sobrevivieron.

La papa es el tubérculo peruano que más se ha difundido en todo el mundo. Desde la existencia de restos de "papa de los gentiles", una variedad de papa silvestre reportada por Engels con una antigüedad de 9000 años, hasta las 300 variedades que encontraron los españoles en el siglo XVI, muchos caminos ha recorrido recibiendo ofrendas, críticas, homenajes y alabanzas.

He aquí su historia

Las papas se cultivaban en el Antiguo Perú en andenes o terrazas, perfectamente construidas a más de 3000 metros de altitud con el fin de recibir la lluvia y las aguas que bajan de altos nevados y montañas. Para construir los andenes levantaban

[5] Francisco López de Gomara. *Historia General de las Indias*, 1941.

[6] Garcilaso de la Vega. *Comentarios Reales de los Incas*. Lima, 1959.

[7] José de Acosta. *Historia natural y moral de las Indias*, Madrid, 1954.

[8] Felipe Guamán Poma de Ayala. *Nueva Corónica y Buen Gobierno*. México, 1993, I Tomo.

[9] César Guardia Mayorga. *Diccionario Kechwa-Castellano. Castellano-Kechwa*. Lima, 1997, p.106.

[10] Ana María de Benítez. *Cocina Prehispánica*. México, 1998, 8.ª edición.

muros de contención de piedra nivelados en la base con piedras y arena y llenados con tierra de cultivo regada a través de canales que traían agua de ríos, lagos y manantiales. El sistema agrícola incaico estuvo orientado al cultivo de plantas, tubérculos, raíces, hortalizas, cereales, menestras y diversas frutas en la costa, sierra y montaña. Aunque es necesario tener en cuenta que cuando se produjo la invasión de los españoles en 1532, el clima era muy distinto. Antes, las "nieves perpetuas cubrían unos 20 000 km², ahora apenas una superficie de 5000 a 7000 km². (...) En el siglo XVII, Cobo refería que había cruzado 27 ríos costeros peruanos y que debió cruzarlos con balsas. En nuestros días no pasan de 18 los ríos que no pueden ser cruzados a vado"[11].

Un sistema agrícola de esta envergadura impuso duras condiciones de trabajo. Además, contaban con pocas herramientas de labranza siendo la más importante la Chaquitaqlla, un arado de pie que estaba conformado por un palo con punta metálica o de madera dura que era introducido en la tierra impulsado por la fuerza de los píes, brazos y cuerpo. Otra herramienta fue la porra estrellada, la Allpa K'asuna, utilizada a manera de martillo para deshacer los terrones de tierra.

En el vasto imperio que abarcó más de cuatro mil kilómetros desde el sur de Colombia, atravesando Ecuador, Perú, Bolivia, y el noroeste de Argentina hasta Chile, la alimentación estuvo asegurada por una adecuada organización social y un complejo sistema agrícola con más de 600 000 hectáreas de andenes construidos. Alimentación de calidad con productos que crecían en distintas regiones, altitudes y valles. Cultivaron innumerables especies de plantas como quinua, ají, cañahua, kiwicha, fríjol, pallar, olluco, oca, poroto, tarhui, uncucha, achira, jiquima, mashua, yuca, racacha, camote, yacón, maní, caigua, calabaza, piña, chirimoya, lúcuma, guanábana, palta, anona, frutilla, capulí de la sierra, pacae, mamey, granadilla, tumbo, papaya, tuna, guayaba, palillo, pepino dulce, tomate de árbol, zapallo, chayote, paico, muña, y huacatay[12].

Contaban, además, con una exuberante fauna marina: chita, corvina, lenguado, pámpano, mero, liza, sábalo, pejerrey, róbalo, lorna, cabrilla, coco, peje blanco, bonito, caballa, anchoveta; y en la fauna de agua dulce destaca la sardina, pejerrey y bagre, entre otros. Así como también, el *Spondylus sp*, un importante molusco del ritual andino. Varios documentos señalan que tenían cerca de cuarenta mil

[11] Santiago Antúnez de Mayolo. *Nutrición en el antiguo Perú*. Lima, 1985, p. 14.

[12] Luis E. Valcárcel. *Historia de la Cultura Antigua del Perú.* Lima, Tomo I. Volumen II. 1949, pp. 67- 68.

barcas construidas de topa, carrizos y totora, y que consumieron regularmente gran variedad de mariscos, así como venado, ñuñuma o pato peruano, perdices, pavos, guanaco, un ave parecida a la gallina, llamas, alpacas y vicuñas. De estas tres últimas se beneficiaron también de la lana.

La conquista española significó el despoblamiento del Perú y "la destrucción de la tecnología de alta productividad y rendimiento agrícola que los incas habían creado"[13]. Los productos andinos fueron reemplazados, y tuvieron que permanecer restringidos a la zona andina unidos a los indígenas y a su lucha por preservar costumbres y tradiciones. Bernabé Cobo señala que la explotación y las epidemias originaron un progresivo deterioro de la salud de los pobladores, que antes tenían muy buena dentadura y tan recia que les duraba toda la vida[14]. Cieza de León añade: "No es pequeño dolor contemplar, que siendo aquellos incas gentiles e idólatras, tuviesen tan buen orden para saber gobernar y conservar tierras tan largas, nosotros siendo cristianos, hayamos destruido tantos reinos; porque por donde quiera que han pasado cristianos conquistadores y descubriendo, otra cosa no parece sino que con fuego se va todo gastando"[15].

Germinaba en las terrazas / el maíz de las altas tierras / y en los volcánicos senderos / iban los vasos y los dioses. / La agricultura perfumaba / el reino de las cocinas / y extendía sobre los techos / un manto de sol desgranado/, sueña Pablo Neruda en su *Canto General*. El cielo y la tierra formando un todo unido, "un gran espacio cerrado dentro del cual residen todos los seres que constituyen su universo"[16]. Por ello, en el *Janaq Pacha*, mundo de arriba, —que los españoles tradujeron como cielo— había ríos, animales y dioses en comunicación directa con este mundo: *Kay Pacha*. En la perspectiva de esa cosmovisión todo está relacionado con la naturaleza, y los ciclos agrícolas se enlazan con las ceremonias, los mitos, las fiestas y los símbolos. "De ahí también que la historia del mundo andino sea la de la papa"[17].

---

[13] Ob. Cit. Antúnez de Mayolo, 1985, p. 18.

[14] Ob. Cit. Bernabé Cobo. *Historia del nuevo mundo*. Madrid. II Tomo, 1964.

[15] Ob. Cit. Pedro Cieza de León, 1880, p. 19.

[16] Julio C. Tello. "El fenómeno religioso relacionado con Wiracocha Inca". *Inca*. Revista Trimestral de Estudios Antropológicos. Lima, Volumen I, 1923, p. 103.

[17] Luis Miguel Glave. "La conquista de la altura". En *La papa. Tesoro de los Andes*. Lima, 2000, p. 50.

Todos adoraban a la tierra

Para los pobladores andinos todo lo que los rodea les está diciendo algo. El agua, la tierra, las plantas y sus frutos les "señalan" como interpretar las voces de la naturaleza, puesto que yachay (saber en quechua), no es prerrogativa de los hombres. "De este modo regar una chacra deviene en una conversación entre el runa, el agua, el clima, la Pachamama y la planta, es decir, entre todos los seres que pueblan el cosmos"[18]. No hay imposición sino acuerdo.

Todos adoraban a la tierra —escribe Cobo— "a la cual nombraban pachamama, que quiere decir, la madre tierra; y solían poner en medio de sus heredades y chácaras, en honra desta diosa y como ara o estatua della, una piedra luenga, para hacerle allí oración e invocarla, pidiéndole les guardase y fertilizase sus chácaras; y cuando una heredad era más fértil, tanto mayor el respeto que le tenían"[19]. La Pachamama representó el poder generador, la fertilidad, lo femenino; mientras el complemento masculino era Illapa, el rayo como dador de lluvia, asociado al poder. Sin embargo, el poder de la Pachamama era más amplio, tenía otras formas y deidades: Saramama, diosa del maíz; Axomama, diosa de la papa, y Cocamama, diosa de la coca, entre otras. Deidades que tenían cultos relacionados con las actividades agrícolas a lo largo de todo el año.

Según Guamán Poma[20], Enero, *Capac Raymi Quilla*, estuvo destinado al ayuno, penitencia, y a las procesiones; Febrero, *Paúcar Uaray Hatunpucy*, a las ofrendas de oro y plata, a los templos y huacas que estaban en los más altos cerros y nieves; Marzo, *Pacha Pucuy*, en este mes "comienzan a comer llullo papa y michica sara y muchos yuyos maduros (...) así los ganados ya están gordos, hay pasto de sobra, y monte en este dicho mes de pacacupuy". *Pacha,* tierra, *pucuy*, harto, "porque este mes de marzo llueve a cántaros y está harta de agua la tierra"; en Abril, *Inca Raymi Quilla*, el "Inga tenía muy grande fiesta; convidaba a los grandes señores y principales, y a los demás mandones y a los indios pobres y comían y cantaban y danzaban en la plaza pública en esta fiesta"; en Mayo, *Aymoray Quilla*, visitaban las comunidades y disponían los depósitos de alimentos. Celebraban también un ritual de mazorcas o papas que habían nacido juntas, que después de unir llevaban a los depósitos para que protegiese "las cullunas chauays pirua, que son barriles";

[18] Grimaldo Rengifo. "Hacemos Así Así". Lima: PRATEC.

[19] Ob. Cit., Cobo, 1964, p. 161.

[20] Ob. Cit., Guamán Poma de Ayala, 1993, I Tomo, pp. 177-189.

Junio, *Cuzqui Quilla*, es mes de la fiesta del Inti Raymi, "para que en el reino haya abundancia de comida para que se sustenten unos y otros, así pobres como ricos". Mes en que se rompía la tierra y se arrancaban los terrones; Julio, *Chacra Conacuy*. En este mes "primero comienzan a sembrar la comida en los Andes, y entran las nubes a la sierra, y limpian las chacras y llevan estiércoles y amojonan cada uno lo que es suyo"; Agosto, *Chacrayapuy Quilla*, es el mes del pago a la tierra y la fiesta de labranza: "entran a trabajar, aran y rompen tierras simples (...) Y comienzan a sembrar maíz hasta el mes de enero"; en Setiembre, *Coya Raymi*, celebraban la fiesta de la luna, la coya del sol, y era el mes de las mujeres. También ofrecían rituales para alejar las enfermedades, rociaban las casas y calles y las limpiaban; Octubre, *Uma Raymi Quilla*, mes de sacrificios y rituales ofrecidos al agua; Noviembre, *Aya Marcay Quilla*, mes de muertos: "Se sacan los difuntos de sus bóvedas que llaman pucullo, y le dan de comer y beber, y le visten de sus vestidos ricos, y le ponen plumas en la cabeza, y cantan y danzan con ellos"; Diciembre, *Cápac Inti Raymi*, mes de solemnes fiestas al sol.

Las mujeres participaron en las fiestas de la Saramama —diosa del maíz— de manera destacada. Se las llamaba metafóricamente *taqe*, de *taqsay*, que significa apretar la tierra con los pies, y las semillas se transmitían de madres a hijas[21]. El inicio de los cultivos fue celebrado con fiestas rituales llamadas *Hatun Puquy*, así como también las fiestas de la cosecha, *Hatun Kuskii*. En señal de gratitud por los alimentos recibidos se le ofrecía a la tierra hojas de coca, alimentos y chicha.

La fiesta más importante era la dedicada al agua que se celebraba en el mes de agosto. No tenía fecha precisa porque incluía distintos actos que se realizaban en diferentes lugares. Representa un ritual de fertilidad en el cual la madre tierra es fecundada por el agua que es enviada por el dios sol que brota de la tierra. El agua que fluye, que está viva, y que algunas veces hasta suele llorar[22].

Rituales ofrecidos a la papa

"Entre los 100 y 600 años d. C., en la costa norte del Perú, la cultura Mochica ya había establecido una relación entre la papa y el mundo sobrenatural"[23]. Pertenecía al *Uku Pacha* o mundo de adentro, mundo de abajo, que los cronistas tradujeron

[21] Juan M. Ossio Acuña. *Parentesco, reciprocidad y jerarquía en los Andes*. Lima, 1992, p. 106.

[22] Ibídem, p. 106.

[23] Luis Millones. "El mundo interior". En *La papa. Tesoro de los Andes,* 2000, p. 57.

por infierno sin que esto corresponda a su verdadero significado. Algunas formas de estas celebraciones rituales han perdurado hasta nuestros días. En Ayacucho, por ejemplo, en "el Día de los Muertos los campesinos entierran hojas de coca, algo de sebo de llama y un poco de chicha con semillas de papa esperando que la Madre Tierra les conceda buena cosecha. La ceremonia se llama *Aya Uma Turpuy*, que quiere decir siembra de la cabeza del muerto"[24]. En otras regiones se celebra este ritual a finales de agosto, fecha que coincide con la preparación de la tierra para los cultivos.

En los mitos recopilados en Haurochiri por Francisco de Ávila en 1600, encontramos a Huatiacuri, hijo del dios Pariacaca, que en aquel tiempo vestía ropas muy pobres y solo se alimentaba de papas asadas, *watia* o *watiyay*[25], en quechua. "Huatiacuri es la personificación de la papa. Como dios, su poder yace escondido tras una apariencia miserable, pues aparece cubierto de tierra y filamentos que pueden ser vistos como andrajos. Pero bajo esa superficie, es capaz de sorprender (...) Desde la intimidad del subsuelo, la papa conversa con sus hijos, que somos nosotros y que confiamos en ella para mantener el equilibrio de los mundos que conforman el universo andino"[26].

Fiestas y rituales relacionados con la papa y la dualidad andina que perduran hasta nuestros días: *Jatha Katu*, que significa en aymara atrapar las semillas, tiene lugar el primer lunes de carnaval a orillas del Lago Titicaca. Empieza al amanecer cuando las mujeres adornadas con flores extienden sus mantos en el suelo, y colocan encima algunas papas pequeñas extraídas cuidadosamente de la tierra rociadas con chicha. En el lugar donde han obtenido las papas ponen un membrillo y hojas de coca como símbolo que la tierra ha dado y ha recibido. Después llevan las papas a una casa elegida con anterioridad donde se colocan en mantos rociadas de chicha y cubiertas con pétalos de rosa y hojas de coca. Bendicen la ofrenda, rezan a los *apus*, y empieza la fiesta.

La ceremonia de la siembra de la papa empieza temprano: piden permiso a los *apus* mientras entierran una papa con hojas de coca, probable símbolo de la unión. Al finalizar la siembra, empieza la música y sirven varios platos con maíz, papa, quinua, cuy y maíz tostado. Ritual que tiene lugar en diversas regiones del Perú,

---

[24] Ibídem, p. 60.

[25] Asar en hornillas de terrones o de piedra. Guardia Mayorga, ob. cit. p. 166.

[25] Ob. Cit., Millones, p. 62.

como aquellos relacionadas con los preparativos para la cosecha alrededor del mes de abril en Puno, y en los campos de papa de San José de Aymara, en Huancavelica, a 3900 metros de altura.

La conquista española, y el proceso de extirpación de las idolatrías entre 1608 y 1670, con el objetivo de erradicar creencias, costumbres y tradiciones ancestrales[27], obligaron a los indígenas a entregar sus ídolos, huacas y divinidades. También se prohibieron las fiestas y ofrendas, de esta manera el pensamiento mítico andino original fue adquiriendo nuevas formas y maneras de expresión como podemos ver en este ritual a la papa descrito por Pedro Cieza de León:

> "…y siendo a mi ver, el mediodía en punto, comenzaron a tocar en diversas partes muchos atabales con un solo palo, que así los tocan entre ellos, y luego fueron en la plaza, en diversas partes de ella, echadas por suelo mantas, a manera de tapices para asentarse los caciques y principales, muy aderezados y vestidos de sus mejores ropas (…). Sentados en sus lugares, vi que salieron derecho por cada cacique un muchacho de edad de hasta doce años, el más hermoso y dispuesto de todos, muy ricamente vestido a su modo, de las rodillas abajo las piernas, a manera de salvaje, cubiertas las borlas coloradas; asimismo los brazos, y en el cuerpo muchas medallas y estampas de oro y plata; traía en la mano una manera de arma como alabarda, y en la izquierda una bolsa de lana, grande, en que ellos echan la coca; y al lado izquierdo venía una muchacha de hasta diez años, muy hermosa, vestida de su mismo traje, salvo que por detrás traía gran falda, que le traía una india mayor, hermosa, de mucha autoridad. Tras ésta venían otras muchas indias a manera de dueñas, con mucha mesura y crianza; y aquella niña llevaba en la mano derecha una bolsa de lana, muy rica, llena de muchas estampas de oro y plata; de las espaldas le colgaba un cuero de león pequeño, que las cubría todas. Tras estas dueñas venían seis indios a manera de labradores, cada uno con su arado en el hombro, y en las cabezas sus diademas y plumas muy hermosas, de muchos colores. Luego venían seis como sus mozos, con unos costales de papas, tocando su tambor, y por su orden llegaron hasta un paso del señor. El muchacho y la niña ya dichos, y todos los demás, como iban en su orden, le hicieron una muy gran reverencia, bajando las cabezas, y el cacique y los demás la recibieron inclinando las suyas. Hecho esto cada cual a su cacique, que eran dos parcialidades, por la misma orden que iban el niño y los demás se volvieron hacia atrás, sin quitar el rostro de ellos cuanto veinte pasos, por la orden que tengo dicho; y allí los labradores hincaron sus arados en el suelo, y de ellos colgaron aquellos costales de papas, muy escogidas y grandes; lo cual hecho, tocando sus atabales, todos en pie, sin mudarse del lugar, hacían una manera de baile, alzándose sobre las puntas de los pies, y de rato en rato alzaban hacia arriba

[26] Pierre Duviols. *Cultura Andina y Represión: Procesos y visitas de idolatrías y hechicerías.* Cajatambo siglo XVIII. Cusco, 1986, p. LXXIV.



aquellas bolsas que en las manos tenían. (...) Esto hecho, se sentaron y trajeron un cordero de hasta un año, sin ninguna mancha, todo de un color, otros indios que había por él, y adelante del señor principal, cercado de muchas indios alrededor porque no lo vieses, sentido en el sueño vivo, le sacaron por un lado toda asadura y esta fue dada a sus agoreros que ellos llaman guacamayos, como sacerdotes entre nosotros. Y vi que ciertos indios llevaban aprisa cuanto más podían da la sangre de cordero en las manos y la echaban entre las papas que tenían en los costales. Y en ese instante salió un principal que hacía pocos días que se había vuelto cristiano dando voces y llamándolos de perros y otras cosas en su lengua, que no entendí; y se fue al pie de una cruz alta que estaba en medio de la plaza, desde donde a mayores voces, sin ningún temor, osadamente reprendía aquel rito diabólico. De manera que con sus amonestaciones se fueron temerosos y corridos, sin haber dado fin a su sacrificio, donde pronostican sus sementeras y sucesos de todo el año[28].

La papa en la cocina del antiguo Perú

Aunque es difícil determinar cómo fue la cocina durante el Tawantinsuyo, es posible su reconstrucción a partir de datos consignados por varios cronistas. Los tubérculos se comieron crudos, cocidos, soasados y sin pelar. Sirvieron para elaborar diferentes platos y acompañar *chupis* (sopas) de "pescado, camarones, choros, langosta, cangrejo, pato, cuyes, alpaca, llama, charqui, quinua, papas, ollucos, maní, arracacha, habas verdes". El ají, maíz, papa y raíces andinas se consumieron en abundancia. Las papas asadas, cocidas, y en chuño: deshidratadas con el frío de las noches y el calor del sol para almacenarlas y utilizarlas en distintos potajes. Como papa seca o *ttamus*, "se conoce a las papas hervidas, luego peladas y posteriormente puestas a secar al sol, que podían guardarse 30 años pero su sabor era similar al de las recién elaboradas". El chuño de primera calidad estuvo destinado para los caciques, "una suerte de chuño más delicado y de más estima, el cual se hace de las papas blancas desta manera: que después de secar al sol y al hielo, las tienen por dos meses metidas en agua y luego las vuelven a secar al sol, con que quedan por dentro muy blancas..."[29].

Bernabé Cobo relata que las mujeres salían a las plazas para intercambiar alimentos: "unas sacan fruta, otras maíz, otras papas, otras carne guisada, otras pescado, carne cruda partida en piezas, sal, coca, ají, y deste todo las otras cosas con que contrataban; hacen sus rescates dando un plato de fruta por otro de guisado,

[28] Ob. Cit., Cieza de León, pp. 252-254.

[29] Ob. Cit., Antúnez de Mayolo, 1985, pp. 102 y 108.

cual con ají, compra sal, cual con maíz, carne y así en todo lo demás"[30]. Guamán Poma menciona entre los alimentos más preciados el maíz, papas, ulluco, mashua, quinua, guanaco, vicuña, cuy, conejo, pato, hongos, ocororo, yuyo, huevos, pescado, camarón, cangrejos, camote, racacha, mauka, zapallos, achira, llancum, porotos, frijoles, caihua, maní, ahipa, frutas, ají, rocoto, pepinos, guayabas, pacay, lúcuma, paltas, ciruelas[31].

Entre las diversas variedades de papas que consigna Guamán Poma figuran las siguientes: *Chaucha papa*, papa que madura rápidamente; *Chaucha maway papa*, papa de primera siembra; *Chuñu,* papas curadas al hielo de noche y de día al sol; *Siri papa*, variedad de papa amarga utilizada para hacer chuñu; *kukupa,* papas cocinadas y secadas al sol; *Hatun papa*, papas de cosecha principal, o de cultivos dentro del ciclo de rotación de tierras; *Llullu papa*, papa tierna; *Muraya*, chuño blanco de calidad superior; *Papa urmachisqa*, haber derribado la papa[32].

En la crónica de Guamán Poma también aparecen otros alimentos: *Achira*, raíz comida de indios; *Achura*, planta parecida al maguey llamado Cardón de los Andes; *Ahipa*, raíz alimentícia; *Alin sara*, maíz de mata; *Ankaway sara*, variedad de maíz bueno para tostar; *Apichu*, camote; *Kaya*, chuño de ocas; *Chuchuqa*, maíz cocido y pasado al sol que es como arroz; *Chuqllu*, mazorca de maíz verde; *Chullpi sara*, maíz dulce de color amarillo claro; *Chusu sara*, maíz de grano arrugado por acción de mucho sol o helada; *Uqu*, oca; *Uqi sara*, maíz de color plomizo o gris; *Raqacha*, raíz como turma de la tierra; *Zapallo*, calabaza de tierra.

Hasta la fecha persisten las siguientes preparaciones de papas que provienen desde antes de la conquista española:

Miska, papita primeriza, se sirve en salsa de ají y maní.
Papa waiko o papa sancochada con ají molido.
Papa chunya, soasada después de ser hervida y enfriada.
Papa huatia, preparada en horno, fogón, piedras o arena calientes.
Papa chaque, chupe de papas maceradas.
Kukupa, papas sancochadas y peladas.
Chairo, sopa de harina de papas secas.

---

[30] Ob. Cit., Bernabé Cobo, 1964.

[31] Ob. Cit., Guamán Poma de Ayala, 1993, p. 56.

[32] Ibídem, pp. 17-156.

Las variedades de papas más utilizadas son: "*suyto* o papa amarilla, la *runtumay*, la *runtu-runtu* o papa de color rojizo o amarillo, la *chata blanca* o papa blanca, la *choqllomay* o papa de color blanco y morado, *vaca paqalluy* o papa alargada en forma de lengua, *fraile parimin*, o papa pequeña de color rojizo (todas apropiadas para terrenos bajos). Para la altura: *taka*, *puma pamachin* o papa rojiza, *yuraq sisa* o *qahuira* o papa rosada de flor blanca, *ulpi* papa menuda, *qacha papa, seccha* o papa morada y blanca, *limeña* o papa de flor blanca[33]. Las papas más conocidas pertenecen a diferentes especies como la *Pitiquina*, considerada como la más antigua de las papas domesticadas. Las papas amargas, del tipo *ruki*, son característica de las zonas más altas de la puna, mientras que las papas *maway*, y otras dulces se encuentran en las zonas bajas de la sierra. La papa limeña es la más popular, y se la conoce con el nombre de papa amarilla; la papa criolla, y la fureja que crece entre 2200 y 2600 metros sobre el nivel del mar. Además, existen cientos de variedades de papas silvestres que originalmente fueron encontradas en la región comprendida entre el Cusco y el lago Titicaca.

El proceso de conservación y almacenamiento de los alimentos ocupó un lugar preponderante en este período como manera de evitar la escasez. Utilizaban las heladas nocturnas para congelar la papa, y otros tubérculos, así como también la carne que era convertida en *charqui*. Bernabé Cobo dice que este proceso se iniciaba entre los meses de mayo y junio: "cogiéndolas, las tienden en el suelo, donde les dé de día el sol y de noche los hielos, y al cabo de doce o quince días se ponen algo arrugadas, pero todavía muy aguanosas; entonces para exprimirles toda el agua que en sí tienen, las pisan muy bien y las dejan al sol y al hielo por otros quince o veinte días, con que quedan tan secas y livianas como un corcho, muy densas, empedernidas y tan encogidas, que de cuatro a cinco fanegadas de papas verdes no sale más que una de chuño, así llaman a estas papas después de secas de este modo..."[34].

Con otro método se obtenía la *muraya*, o chuño blanco, de gusto más suave. Era necesario escoger un lugar donde la temperatura descendiera a bajo cero para exponer las papas durante dos noches a la helada. Luego, al amanecer se las recogía a la sombra cubiertas de ichu, y se las sumergía en agua durante varias semanas. Después se las extendía a la intemperie, y se procedía a pisarlas con los pies descalzos para quitarles el agua y la piel. El *chuñu*, o chuño, se elaboraba de papas amargas, y

[33] Ob. Cit., Juan M. Ossio, 1992, p. 116.

[34] Ob. Cit., Cobo, 1964.

de las papas más grandes y mejores se obtenía un chuño de primera, pero también había chuño de mediana calidad y uno menos elaborado. Actualmente el chuño se prepara de la misma manera: las papas se extienden a la intemperie durante una semana para que en la noche se congelen y durante el día se deshidraten. Una vez concluido este proceso se las pisa a fin de extraerles todo el líquido, y finalmente se las restriega para quitarles la cáscara[35].

Mientras que la papa seca se preparaba —y se prepara hasta la fecha— hirviendo las papas en una olla con agua. Se les quita la piel y se las expone al sol "durante varios días en espacios cubiertos de paja o icho, encima de esteras de totora o en cestos de carrizo"[36]. Luego se reducen a pequeños trozos con los que se preparan diferentes potajes.

Otra forma de preparación es el *tocosh* de papa, especialmente con papas Huayro, Iskupuru y Blanca. Se utilizan las papas más amargas que son puestas en un pozo cerca de la acequia rodeadas de paja; encima se colocan piedras y permanecen allí durante mes y medio. Después de retirarlas se dejan escurrir en la sombra durante tres días. Ya secas se retiran las papas podridas (*tocosh*) y se guardan. El *tocosh*, es un buen alimento para enfermos y parturientas. Así mismo, combate las infecciones y cicatriza las heridas[37].

Perduran hasta la fecha formas de cocción y elaboración, a las que se han incorporado nuevos productos. También palabras quechuas que indican cómo se preparaban los alimentos: *Kusay*, azar en brasas; *kaspay,* chamuscar, asar a medias; *Kanka*, asado; *kallapa*, tostadora de barro; *kalapurka*, guisado cocido con piedras recalentadas; *watiyay*, asar en hornillas de terrones o de piedra[38]. Esta última se ha castellanizado como huatia, y huatiya para denominar el horno calentado donde se cocinan las papas, choclo, y otros platos acompañados de tubérculos, cereales y menestras.

Esta forma de cocción con el calor de las piedras permitió a las culturas del antiguo Perú consumir guisos, asados, sopas, así como la huatia que es la forma ancestral de cocinar las papas, y que precede a la elaboración de la Pachamanca. Para reafirmar

---

[35] Mauricio Mamani. "El chuño: preparación, uso, almacenamiento". En Roger Ravines. *Tecnología andina*. Lima, 1978, p. 233.

[36] Rosario Olivas Weston. *La cocina de los Incas*. Lima, 2001, p. 115.

[37] Ana María Fries, *De la Chacra al fogón*. Lima, 2001, p. 58.

[38] Ob. Cit., Guardia Mayorga, 1997, pp. 102-113.

esta tesis "no sólo existe el testimonio de vocabularios quechuas sino también el de documentos coloniales como el anónimo de Huarochiri, donde se recoge una leyenda con un personaje legendario conocido como Huatiacuri, de quien se dice que en un principio eran tan pobre que sólo comía papas "huatiadas"[39]. Luego de la conquista la huatia se convirtió en alimento solo de los habitantes de los andes, y probablemente su preparación no difiere sustancialmente de la antigua. Se sirve acompañada principalmente de cuy, queso, habas y salsas de rocoto, ají molido y maní. También se preparan huatias con mashuas, ocas, habas y choclos.

En cambio, la difusión de la Pachamanca fue mayor, y empezó a ser conocida hacia finales del siglo XIX tal como lo consigna en su libro *Cocina Ecléctica*, Juana Manuela Gorriti, cuya recolección de recetas data de 1885[40]. En un hoyo abierto en la tierra se colocan sobre piedras calientes varios tipos de carne sazonadas con ají panca molido, ají amarillo, huacatay, paico y culantro, acompañadas de yucas, choclos, papas, habas, camotes y tamales. Después se cubre el hoyo de tierra formando un montículo y se deja cocinar por una hora o varias dependiendo de la cantidad. Actualmente, la pachamanca se ha convertido en un plato emblemático peruano. Según los entendidos, la papa tomasa y la huairo son las más adecuadas, acompañadas con un delicioso "qapchi o queso picante (rocoto o ají amarillo, molido en mortero de piedra, cubierto con queso desmenuzado, mezclado con limón y cebolla picada)[41].

La papa peruana un producto alimenticio de gran calidad

La papa ha estado vinculada a la vida de los pobladores de la región andina desde hace miles de años, pero recién en la década del veinte el genetista ruso, Nikolai I. Vavilov, inició una importante investigación científica, que en 1930 prosiguió Luis Ángel Yabar, en el Perú. En el llamado "Manicomio Azul", como se le conocía a su fundo ubicado en Paucartambo, Cusco, Yabar realizó experimentos genéticos y descubrió otras variedades de papa, como las dos que llevan su nombre: *Solanum Yabari*. También en este período, entre 1933 y 1938, el botánico ruso Bukasov investigó en San Petersburgo doscientas especies con distintos números de cromosomas, lo que explica las diferencias que existen entre numerosas variedades.

---

[39] Jesús Gutarra, Mariano Valderrama. *Pachamanca. El festín terrenal*. Lima, 2001, p. 30.

[40] Juana Manuela Gorriti. *Cocina ecléctica.* Buenos Aires, 1990.

[41] Ob. Cit., Gutarra - Valderrama, 2002, p. 46.

A partir de 1971, la investigación cobra impulso con la apertura del Centro Internacional de la Papa (CIP), una institución científica orientada a divulgar y desarrollar este cultivo, y al suministro de recursos e introducción de nuevas tecnologías. El CIP tiene el Banco Genético de papa y camote más grande del mundo con 3833 variedades de papas silvestres y cultivadas, de las cuales 2301 han sido colectadas en el Perú, como la huayro o la amarilla, por ejemplo.

Actualmente, la papa crece en 130 países, y es el cuarto cultivo alimenticio más importante del mundo con una producción de 308 millones de toneladas en el 2000. La superficie cultivada de papa en los países en desarrollo ha aumentado desde 1960 más que la de cualquier otro cultivo alimenticio, y después del trigo, maíz y arroz, representa el 50 % de la producción mundial de tubérculos y raíces. En los últimos años su producción se ha incrementado en Asia, que produce el 80 % del volumen total. Mientras que el procesamiento de la papa es el sector que ha experimentado un mayor crecimiento principalmente en Estados Unidos. Los países con mayor superficie cultivada de papa son: China, Rusia, Estados Unidos, Polonia, India Ucrania, España, Alemania y Francia.

Bibliografía

ANTÚNEZ DE MAYOLO, Santiago. *Nutrición en el antiguo Perú*. Lima: Fondo Editorial del Banco Central de Reserva del Perú, 1985.

BENITEZ, Ana María. *Cocina Prehispánica*. México: Ediciones Euroamericanas, 1998, 8.ª edición.

CABIESES, Fernando. *Agricultura y nutrición en el Perú*. Lima: Banco Agrario, 1988.

_____*La Maca y la puna*. Lima: Universidad de San Martín de Porres. Escuela Profesional de Turismo y Hotelería, 1997.

CIEZA DE LEÓN, Pedro. *Segunda parte de la crónica del Perú, que trata del Señorío de los Incas Yupanquis*. Madrid: Imprenta M. Gínez Hernández, 1880.

COBO, Bernabé. *Historia del nuevo mundo.* Madrid: Biblioteca de Autores Españoles. II Tomo, 1964.

DE ACOSTA, José. *Historia natural y moral de las Indias*. Madrid: Ediciones Atlas. Biblioteca de Autores Españoles, vol. 73, 1954.

DE LA VEGA, GARCILASO. *Comentarios Reales de los Incas*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1959.

DE LAS CASAS, Fray Bartolomé. *Las antiguas gentes del Perú*. Lima: Colección de libros y documentos referentes a la Historia del Perú. Tomo IX, 1939.

DUVIOLS, Pierre. *Cultura Andina y Represión: Procesos y visitas de idolatrías y hechicerías. Cajatambo siglo XVIII.* Cusco: Centro Bartolomé de Las Casas, Biblioteca de Archivos de Historia Andina, No. 5, 1986.

FRIES, Ana María (compilación y edición). *De la Chacra al fogón*. Lima: Proyecto Andino de Tecnologías Campesinas, PRETEC, 2001.

GUAMÁN POMA DE AYALA, Felipe. *Nueva Crónica y Buen Gobierno*. México: Fondo de Cultura Económica, 1993, Tomo I – Tomo III.

GUARDIA MAYORGA, César. *Diccionario Kechwa-Castellano. Castellano-Kechw*a. Lima: Editorial Minerva, 1997. (7ª edición).

GUTARRA CARHUAMACA, Jesús; VALDERRAMA, Mariano. *Pachamanca. El festín terrenal*. Lima: Universidad de San Martín de Porres – Promperú, 2002.

GORRITI, Juana Manuela. *Cocina ecléctica*. Buenos Aires: Aguilar, 1999.

GLAVE, Luis Miguel. "La conquista de la altura". En Christine Graves (ed.), *La papa. Tesoro de los Andes*. Lima: Centro Internacional de la Papa, 2000.

LÓPEZ DE GOMARA, Francisco. *Historia General de las Indias*. Madrid: Editorial Espasa Calpe, 1941.

MAMANI, Mauricio. "El chuño: preparación, uso, almacenamiento". En Roger Ravines (comp.), *Tecnología andina. Lima*: Instituto de Estudios Peruanos, pp. 227-238, 1978.

MILLONES, Luis. "El mundo interior". En Christine Graves (ed.), *La papa. Tesoro de los Andes*. Lima: Centro Internacional de la Papa, 2000.

OLIVAS, Rosario. *La cocina de los Incas*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2001.

OSSIO, Juan M. *Parentesco, reciprocidad y jerarquía en los Andes*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, 1992.

RENGIFO, Grimaldo. "Hacemos Así Así". Lima: Proyecto Andino de Tecnologías Campesinas, PRATEC.

TAPIA, Mario. *Semillas andinas*. Lima: Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Concytec) 1993.

TELLO, Julio C. “El fenómeno religioso relacionado con Wiracocha Inca”. *Inca*. Revista Trimestral de Estudios Antropológicos. Museo de Arqueología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. vol. I, 1923.

VALCÁRCEL, Luis E. *Historia de la Cultura Antigua del Perú*. Lima: Ministerio de Educación, Tomo I. Volumen II. 1949.

LA RIQUEZA PATRIMONIAL DE LAS SOPAS EN EL PERÚ. DIVERSIDAD, CREATIVIDAD Y SIMBOLISMO

Sandra Negro
Instituto de Investigación del Patrimonio Cultural.
Universidad Ricardo Palma, Perú

Una de las manifestaciones poco identificadas con el patrimonio inmaterial en el Perú son aquellas preparaciones culinarias que de manera genérica denominamos sopas. Los cronistas coloniales no recogieron información alguna acerca de una denominación que agrupara estas variadas preparaciones, consistentes en un líquido con sustancia y sabor, que suele incluir ingredientes sólidos de pequeño o mediano tamaño. Cuando los europeos llegaron a tierras americanas a principios del segundo tercio del siglo XVI, los pobladores autóctonos disponían de una extensa variedad de alimentos, superior a la disponible en la península ibérica por entonces. Esto se debió, en el caso del Perú, a su riqueza en pisos y nichos ecológicos que posibilitaba la producción de alimentos adaptados a su medio geográfico, que iba desde los llanos costeros, pasaba por los valles yungas hasta alcanzar las tierras altoandinas, para descender nuevamente en los valles de la selva alta, que se prolonga hasta la llanura amazónica.

En relación a la alimentación antes de la llegada de los europeos, las investigaciones arqueológicas han demostrado reiterativamente que los alimentos consumidos no eran iguales en todos los estratos y sectores de la sociedad. Algunos de ellos eran privilegio de los nobles, curacas y sacerdotes mientras que otros eran para el común de las gentes. La riqueza de la alimentación en el antiguo Perú abarcaba también las ofrendas a las divinidades, entre las que se hallaban con mucha frecuencia productos como el maíz, ají, sal y otros, a la par de alimentos preparados con ocasión de calendarios ceremoniales vinculados con las distintas culturas y etnias a lo largo de los siglos. También fueron significativos los banquetes fúnebres, llevados a cabo después de la inhumación de determinados individuos —con la finalidad de reafirmar la propia vida frente a la muerte—, así como las ofrendas a los difuntos para aplacar sus necesidades en el mundo trascendente.

Si bien en el presente resulta incierta la manera de preparar los alimentos en las culturas prehispánicas, a través de las informaciones registradas por los cronistas

de los siglos XVI y XVII, tenemos conocimiento que fueron utilizadas diversas técnicas. Una de las más comunes era la de asar los alimentos mediante el empleo de piedras calientes. Una referencia fue señalada por el cronista Bernabé Cobo, quien al referirse al consumo de los cuyes señalaba que:

> […] comen los indios este animalejo con cuero, pelándolo solamente como si fuera lechón; y suelen hacer un guisado del entero, habiéndole sacado el vientre, con mucho ají y guijas[1] lisas del río que llaman calapurca […] en el vientre del cuy.[2]

También hay noticias del empleo de las brasas para asar, al rescoldo de las cenizas, en barbacoas u hornillos a los que González Holguín señaló como "huatiyani"[3] y que se ha perpetuado hasta el presente con el nombre de huatia.

La técnica de hervir los alimentos, denominada en quechua como *t'impuq*, debió estar muy difundida a partir de la introducción de la cerámica hacia los 1800 años a. C. Aunque en las informaciones acopiadas por los cronistas aparece el consumo de ciertos vegetales hervidos, no hay referencia que los pobladores cociesen diversos vegetales y carnes en un caldo, conformando propiamente sopas.

Es posible afirmar que los dos ingredientes básicos de un gran número de sopas en el Perú —a partir de la llegada de los europeos— fueron las papas y el maíz. Estos se incorporaron a caldos cárnicos, conjuntamente con otras hortalizas y cereales.

Las papas se cultivaban tanto en los valles interandinos, como en las tierras altas y frías por encima de los 3600 m s. n. m. y se consumían tanto frescas como deshidratadas. Fueron de particular importancia aquellas cultivadas en las tierras altas, donde no fructificaba el maíz, convirtiéndose en un alimento rico en proteínas, minerales y almidones. Los tamaños de estos tubérculos no llegaban a ser los que acostumbramos en la actualidad. Las más grandes eran del tamaño de un puño y las más " […] *pequeñas del tamaño de una avellana; pero las ordinarias son del grandor de un huevo de gallina*".[4] Bernabé Cobo —quien fue uno de los que más atención prestó a la recopilación de información relativa a la alimentación de

[1] Las guijas o guijarros son piedras pequeñas y redondeadas que se encuentras en los ríos y arroyos.

[2] Bernabé Cobo, *Historia del Nuevo Mundo* [1613-1643], Tomo I, 1956: 360.

[3] Diego González Holguín, *Vocabvlario de la lengvua general de todo el Perv llamada lengua qquichua o del Inca,* 1989: 419.

[4] Cobo, ibídem, 168.

los pobladores autóctonos— señaló que los tubérculos frescos se comían asados y en guisos. También secaban diversas variedades tendiéndolas en el suelo para que con el sol diurno y las heladas nocturnas, perdieran todo el líquido hasta quedar secas y livianas. Estas papas, que se consumían cocidas, se denominaban *chuñu* y podían almacenarse durante años sin corromperse.

En relación al maíz, el mismo cronista refiere que se empleaba tanto seco como fresco y se denominaban este último choclo. En cuanto al maíz seco, lo comían simplemente cocido en agua. También informó que otra manera de consumirlo era hervirlo a medio cocer para a continuación hacerlo secar al sol. El producto final, molido grueso en batán de piedra, se denominaba *cocopa*[5] [chochoca] y era utilizado en los guisos. También fue tostado, enterrando los granos en el rescoldo de las brasas o usando tostadoras de arcilla denominadas *k'allana* y *t'uquychimpu.*[6] En ciertas ocasiones, era triturado y mezclado con agua, lográndose una masa que era envuelta en pancas de maíz o en hojas de achira, para ser cocido en agua, al vapor o a las brasas.[7] Por último, era un grano que mediante la fermentación controlada, producía la chicha o *azua*, bebida alcohólica de uso cotidiano y ceremonial de los habitantes de la mayor parte de las culturas prehispánicas.

Si bien contaron con una gran variedad de cereales, tubérculos y hortalizas, los cronistas nos refieren que la gente del común pocas veces comía carne y esto sucedía generalmente en los banquetes, con ocasión de la celebración de las distintas festividades. Los individuos vinculados con el poder y, por lo tanto, ubicados en un grupo social de élite comían carne con más frecuencia. Pocas veces esta se consumía fresca; se prefería la carne seca, tanto de camélidos americanos como de pescados.[8] La carne seca de camélidos, conocida con el nombre de *charqui* o *charque,* era cecinada sin sal, colgándola en trozos poco gruesos a secar al sereno. Una vez secos, los adelgazaban majándolos entre dos piedras.

Es importante señalar el particular empleo de la sal en las comidas. Esta provenía de salinas naturales, que eran muy abundantes. Se extraía en forma de piedras grandes en algunas fuentes de agua, donde se hallaba cuajada o de aguas salobres

---

[5] Idem,160.

[6] Rosario Olivas, *Cultura, Identidad y Cocina en el Perú*, 2001: 88.

[7] González Holguín, ibídem, 277.

[8] Juan Polo de Ondegardo, [1575]. *Informaciones acerca de la religión y gobierno de los Incas, seguidas de las Instrucciones de los Concilios de Lima,* 1916: 165-166

marinas y de lagos. La sal no era usada en el proceso de cocción de los alimentos. Sin embargo cuando comían:

> […] ponían un terrón de sal junto al plato, que era su salero, y de cuando en cuando lo lamían con la lengua, dando el sabor de la sal al paladar y no al potaje; y a veces comiendo muchos juntos y no habiendo en la mesa más que un terrón de sal para todos, andaba la rueda de mano en mano, lamiéndolo unos tras otros.[9]

Este comportamiento social se ha mantenido hasta la actualidad, donde es costumbre que un grupo de hombres se organice en una rueda para beber aguardiente, chicha de jora y, más recientemente, cerveza, con un único vaso que pasa de mano en mano entre los convidados.

Cuando los españoles se establecieron en el territorio dominado por el Tawantinsuyu a partir de 1532, no solamente fundaron las primeras ciudades y villas, sino que trajeron consigo una forma de vida distinta, el cristianismo como religión monoteísta, una estructura política con las instituciones de la Corona española trasladadas a América a través de los virreinatos, la organización administrativa implementada mediante los corregimientos, una estructura económica monetaria, apoyada en el pago de tasas, así como una organización social, que llegaba hasta la composición de la unidad familiar. Este cambio tan profundo y complejo se extendió al mundo de los alimentos, con la introducción de nuevos insumos y formas de preparación.

En relación a la percepción de los cronistas acerca de las comidas preparadas en los siglos XVI y XVII, existen aproximaciones considerablemente variadas, que oscilan entre el desprecio disimulado y la exaltación exagerada. A finales del siglo XVI, Fray Martín de Murúa señalaba que los nobles y señores de prestigio ingerían sus alimentos dos veces al día. La primera comida era hacia las ocho o nueve de la mañana y la otra, una o dos horas antes de la puesta del sol. En estas ocasiones, "[…] *cargaban sus mesas de manjares y de aquí viene que entre ellos no habían males ni diversidad de enfermedades* […]".[10] En el otro extremo del espectro, hallamos a Bernabé Cobo, quien afirmaba en relación a sus platillos

---

[9] Cobo, ibídem, 112.

[10] Martín de Murúa, [1590]. *Historia del origen y genealogía real de los Reyes Ingas del Piru, de sus hechos, costumbres, trajes y manera de gouierno,* 1922: 109.

que "[…] *eran tan rústicos y groseros que no había más que mal cocido y peor asado en las brasas* […]".[11]

Desde mediados del siglo XVI, fueron introducidas especies foráneas de hortalizas, además de la vid, los olivos y el trigo, cuyos derivados modificaron sustancialmente la dieta de los habitantes originarios de estas tierras. Con la introducción del ganado vacuno, caprino, ovino y porcino, así como las aves de corral, los potajes se acrecentaron por la variedad y posibilidades generadas al combinarse con los productos autóctonos.

Todo ello modificó las técnicas culinarias, ya que se incorporaron las frituras, que abrieron un nuevo horizonte gastronómico. Los guisos se enriquecieron con las leguminosas, entre las que fueron frecuentes algunas variedades de frijoles, garbanzos y lentejas. El uso de la sal durante el proceso de cocción de los alimentos y el empleo de los condimentos terminaron por llevar los potajes a una nueva dimensión: al lado del achiote, ajíes, huacatay, molle, muña y paico prehispánicos, se acomodaron la pimienta, nuez moscada, romero, perejil, ruda, orégano, hierbabuena, culantro y otras varias.

Este feliz encuentro también involucró el complejo ámbito de las sopas. Esta preparación europea de origen humilde se convirtió en un platillo fundamental en la dieta americana. A los caldos más comunes que eran de carnero o vaca se agregaron leguminosas oriundas de estas latitudes y otras europeas. Las papas y cereales andinos —como la quinua, quihuicha y cañihua— convivieron con granos foráneos como el trigo, la cebada y el arroz, generando infinitas combinaciones con el agregado de vegetales provenientes de varias regiones del planeta, introducidas como resultado del encuentro de los habitantes de dos continentes.

Es probable que entre las sopas traídas por los ibéricos, la más destacada e inspiradora fuera el puchero. La receta limeña compilada por Manuel Atanasio Fuentes refiere que en su preparación era necesario echar en una cacerola:

> "[…] una cantidad de vaca gorda, tocino, cecina, coles, camotes, papada de puerco, salchicha, patitas de puerco, yucas, plátanos, membrillos, relleno, garbanzos, arroz, y por condimento se agrega achote molido y sal; todo esto con su correspondiente agua, se hace cocer a fuego lento por cuatro o seis horas para que se conserve […]

[11] Cobo, ibídem, 244.

> el que ha comido un plato regular de buen puchero no corre el riesgo de morir de debilidad durante doce horas".[12]

Esta referencia, si bien del siglo XIX, nos muestra el aprecio generalizado por las sopas densas y consistentes. De acuerdo a los ingredientes empleados o su preparación, pueden recibir denominaciones diversas —algunas veces regionales— entre las que podemos mencionar los caldos, chupes, lawas, lluncas, espesados, sopas y aguaditos.

Los **caldos** abarcan aquellas preparaciones poco densas. La sustancia líquida —generalmente de res, carnero, gallina o pescado— puede separarse de los elementos sólidos —como carnes, huesos, vísceras— y verduras tales como trozos de papas, mote (granos de maíz blanco hervidos y pelados), zanahoria, zapallo, nabo y apio. Se suelen servir con uno o más trozos de carne, que acompañan el caldo y las verduras. Por último, son espolvoreados con alguna hierba aromática picada, entre las que predominan el huacatay[13], la muña[14], la hierbabuena, el perejil y el culantro.

Los **chupes** son preparaciones complejas y consistentes que cuentan en su preparación con cinco grupos de ingredientes. En primer lugar, el caldo y los trozos de la carne que lo han generado, que puede ser de res, carnero, de tripas o mondongo, ave y pescado a veces enriquecido con crustáceos y moluscos. En este líquido se cuecen los vegetales, cuyo componente fundamental son las papas, ya sea frescas o alternativamente chuño blanco o negro. Se agregan algunas otras legumbres como habas, apio, puerro, zanahorias, zapallo, cebollas, arvejas, según sea la región en que se elabora. El tercer grupo de ingredientes está formado por los cereales, que pueden ser maíz (choclo fresco, seco, mote o chochoca), trigo, cebada, quinua o arroz. Otro conjunto de ingredientes que no son una constante en todos los chupes y dependen de las preparaciones regionales son la leche, el queso fresco cortado en cubos pequeños y/o los huevos que son rotos dentro del caldo pocos instantes antes de servir. Por último, tenemos los aromatizadores que abarcan el ají

[12] Manuel A. Fuentes [1867]. *Lima: Apuntes históricos, descriptivos estadísticos y de costumbres.* 1988: 125.

[13] El huacatay (*Tagetes minuta*) es una hierba anual aromática de hojas lanceoladas y dentadas con un olor, perfume y sabor intensos. Se produce en diversas regiones de Perú, Bolivia y Ecuador.

[14] La muña (*Minthostachys mollis*) es un arbusto nativo cuyo cultivo está muy difundido en las regiones andinas americanas. En el Perú se conoce también con los nombres aimara de huayco o coa. Sus hojas son de sabor muy agradable, que recuerda un poco la menta, aunque con acentos aromáticos distintos. Se usa en infusiones y para realzar el sabor de muchas sopas y caldos.

(fresco en rajas, molido a veces con huacatay o alternativamente tostado y triturado groseramente), hierbabuena, muña, perejil, culantro y huacatay picados, orégano fresco o seco desmenuzado y otros.

Las **lawas** son sopas de los valles interandinos y las comunidades de altura, donde la preparación es densa, aunque cremosa. Suelen espesarse con harina de maíz, de cebada, papas aplastadas o también con chuño. Es común que lleven un trozo mediano de alguna carne por plato, el cual puede ser de res, cerdo o pescado. También se aromatizan con hierbas picadas como la muña, el paico[15], el camatay[16] o el huacatay. Una de las lawas más populares en el Cusco y entre los pastores de puna es el ch'uñu lawa o ch'uñucola.[17] Bernabé Cobo menciona que los indios pescadores cazaban de noche unas aves llamadas guanayes[18], que desollaban sin desplumarlas poniéndolas a secar al sol. De ellas hacían un guisado llamado lagua, que para ellos era muy apetecible, aunque según el cronista la carne no era de ninguna estima.[19]

Las **lluncas** son sopas densas, cuyo espesado se obtiene con el agregado de trigo resbalado o integral, el cual es descascarado parcialmente en un batán y luego remojado en agua para finalmente hacerlo secar a la intemperie. Estas sopas suelen aderezarse con un sofrito de cebollas, ajo y ají panca[20] molido y son comunes en la región andina de Ancash.

Los **espesados** también son sopas consistentes hasta cierto punto similares a las lluncas. El grano que las densifica es el choclo o maíz tierno rallado y el elemento

---

[15] El paico (*Chenopodium ambrosioides*) es una hierba aromática, crece de manera silvestre y es cultivada en todas las regiones del Perú hasta los 4000 m s. n. m. Es común encontrarlo en los bordes de las chacras y jardines en los departamentos de Cajamarca, Cusco, Huánuco, Loreto y San Martín. Tiene un sabor penetrante y cítrico, con un aroma alcanforado que combina perfectamente con el ají, culantro y orégano.

[16] El camatay (*Chenopodium* sp.) es una hierba aromática, un tanto parecida al paico pero de olor y sabor distintos, muy empleada para intensificar el sabor de caldos y sopas.

[17] Olivas, ibídem, 144.

[18] Se trata del cormorán guanay (*Phalacrocorax bougainvillii*) conocido también como guanay, patillo, pato lilo o pato de mar, es una especie de ave guanera que ha poblado las islas del litoral desde tiempos inmemoriales.

[19] Cobo, ibídem, 317.

[20] El ají panca (*Capsicum chinense*), a pesar de la clasificación como proveniente del Lejano Oriente, es de origen sudamericano. Una vez maduro, su color es rojo oscuro hasta llegar al marrón intenso. Su consumo como ají fresco es mínimo. Una vez cosechado es puesto a secar al sol. Para usarlo es necesario rehidratarlo con agua caliente y un poco de sal y molerlo en batán, hasta alcanzar una pasta homogénea que otorga mucho color y un sabor intenso, aunque de escaso picor.

cárnico suele ser pecho de res. Son propios de la costa norte del Perú, principalmente en las regiones de Lambayeque y La Libertad.

Los aguaditos son sopas caldosas, de mediana densidad, en las cuales las verduras principales son las cebollas, zanahorias y papas, o alternativamente yucas. Llevan tres ingredientes que las definen: arroz, abundante culantro picado y cocido en la sopa, y ají amarillo molido (*Capsicum baccatum*, variedad *pendulum*), el cual si bien se le conoce popularmente como ají verde porque se usa fresco es, en realidad, de color anaranjado intenso y de picor moderado.

Entre todas estas variedades de sopas, la de mayor permanencia a través del tiempo, sociedades y personas es sin duda la patasca. Se trata de una preparación caldosa, muy sustanciosa y con una significativa concentración de sabores debido a sus ingredientes. Su origen se halla posiblemente en el Tawantinsuyu o quizás cronológicamente antes, aunque por entonces se trató de un guiso. El cronista Bernabé Cobo refiere que "[…] *sus viandas y potajes eran muy pocos: de maíz entero con algunas hierbas y ají hacían cierto guisado llamado montepatasca, cociendo el maíz hasta que reviente*".[21]

En el siglo XVIII el escritor y poeta español afincado en Lima, Esteban de Terralla y Landa (1750-1805), la señala en su obra *Lima por dentro y fuera* entre algunos de los platos típicos de la comida criolla: *"Que te ponen luego zango, / **Patasca**, chupe de queso, / Y una morcilla con dulce, / Que traxo consigo un negro*"[22].

El tradicionista decimonónico Ricardo Palma se refiere a esta sopa como "*Un guisado de indios en varias repúblicas*".[23] Un siglo más tarde, el escritor y bibliógrafo Alberto Tauro del Pino nos brinda la receta a grandes rasgos señalando que:

> […] es una comida muy difundida entre los pueblos andinos y que se sirve con ocasión de alguna fiesta familiar. En una olla de barro se cuece, durante varias horas, maíz pelado, carne de vaca y de carnero, tocino, pellejo de cerdo, cabeza y tripas de carnero.[24]

[21] Cobo, ibídem, 244.

[22] Esteban de Terralla y Landa escribió bajo el pseudónimo de Simón Ayante, *Lima por dentro y fuera*, 1838: 38.

[23] Ricardo Palma, *Papeletas lexicográficas*, 1903: 207.

[24] Alberto Tauro del Pino, *Enciclopedia ilustrada del Perú*, tomo 12, 2001: 1979.

Aunque su preparación está ampliamente extendida en casi toda la región andina y aun en poblaciones costeñas, hay versiones con énfasis regionales en Ancash, Apurímac, Ayacucho, Cajamarca, Cerro de Pasco, Cusco, Junín, Moquegua y Tacna. Su nombre proviene del quechua *phatasca* o *pataschka* que significa reventado, y hace referencia al ingrediente principal que es el maíz, que se quiebra durante la cocción. Para lograr esta conjunción de aromas es necesario unir el mote[25] con los restantes ingredientes. Con la finalidad de pelar el mote, este se cuece en agua con un poco de cal durante unos 15 a 30 minutos y luego los granos se vierten sobre cenizas calientes, lo que facilita quitarle el hollejo restregándolos. Los insumos cárnicos pueden variar en las distintas regiones, si bien en general incluyen mondongo, cabeza y patitas de carnero, trozos de pecho y cola de res.

Tradicionalmente su consumo está asociado a días de fiesta, debido a su larga preparación que promueve el trabajo grupal de una comunidad y el reforzamiento de los vínculos entre sus miembros. La cocción inicia en dos ollas separadas: en la primera se hace hervir el mote pelado hasta que sus granos se abran. En la otra olla se cuecen los insumos cárnicos, a los que se les agrega agua que va conformando un caldo sustancioso. Se adicionan las papas, habas y, finalmente, el maíz. Se prosigue la cocción por un tiempo más hasta que las carnes estén tan suaves que se deshagan en la boca y el mote haya espesado el caldo al soltar el almidón. Los únicos condimentos suelen ser sal y hojas de hierbabuena. La preparación toma usualmente unas 6 a 8 horas, por lo que el sabor final es contundente.

Las fiestas más usuales en que se consume son en Carnavales, durante la Fiesta del Agua o Champería, donde ancestralmente se limpian y reparan las acequias que han de regar los cultivos en el año venidero, en las celebraciones de la Fiesta de la Candelaria, la Fiesta de las Cruces y en otras varias ocasiones festivas regionales laicas o religiosas.

De esta sopa derivan otras un tanto similares, si bien de preparación más corta. Entre ellas podemos señalar la sopa de mondongo huancavelicana y el **pecan caldo** o caldo de cabeza ancashino. Este último se suele tomar alrededor de las 6 de la

[25] El mote es el grano de maíz blanco, cuyas dimensiones oscilan entre los 15 y 17 mm. Tiene forma circular plana, su color es blanco cremoso y de sabor suave con textura harinosa. Puede consumirse como acompañamiento de sopas y platillos de carnes o también ser cocinado dentro de las mismas preparaciones. Por su consistencia, mantiene su estructura, sin deshacerse a lo largo de la cocción.

mañana y se prepara con la cabeza, mondongo y patitas del cordero. Las carnes y huesos se hacen hervir con agua, sal, cabezas de ajo y cebollas. Una vez cocido se cuela y se sirve con ají entero tostado, hierbabuena fresca y la carne picada en trozos pequeños. Puede estar acompañada con mote o papas sancochadas.

Una variación regional puneña es la **huarjata,** que usualmente se prepara el 2 de noviembre, en la celebración del Día de los Muertos o en otras ocasiones festivas. Consiste en un caldo de cabeza de cerdo o alternativamente de cordero, que se cuece con cebolla, ajos, papas huayro peladas y chuño negro o blanco. Se sirve la carne con las papas y chuño en un cuenco, sobre el que se esparce un aderezo de ají panca tostado, cebollas y tomates picados y sofritos. Separadamente en un tazón, se sirve el caldo que acompaña las carnes. Forman parte de estas sopas acuosas las distintas cazuelas regionales, que enfatizan ciertos ingredientes como los camotes, quinua, papas, chuños y otros, así como una variedad de carnes tales como cordero, carnes secas o charqui, gallina, pescados y mariscos.

La extensa región de la Amazonia también tiene una riqueza de sopas, de sabores y texturas sugerentes. Entre los caldos destaca el **timbuche,** que se prepara con un pescado de agua dulce, el cual puede ser la carachama (*Panaque schaeferi),* un animal de origen prehistórico y de aspecto un tanto tenebroso, que posee un cuerpo que está protegido por una resistente armadura compuesta por unas gruesas escamas. Fue clasificado por una expedición científica en los ríos de la Amazonia peruana recién en el 2010. A pesar de esta apariencia a primera vista poco amigable, su aroma y sabor compensan todo escrúpulo visual. También se suele preparar con palometa (*Mylossoma duriventre*) o con zungaro, llamado también umani (*Pseudoplatystoma tigrinum*), que se cuecen en agua con cebolla, ajo y sal para servirlo con un toque de sacha culantro picado menudamente.[26]

En las regiones costeras, cuando estos caldos han sido preparados con pescado, reciben el apelativo de **chilcanos**. Esta denominación proviene del pueblo de Chilca, situado a 64 km al sur de Lima y que desde finales del siglo XVI era una caleta de pescadores. Originalmente fue un caldo de cabezas de bonito, tollo o, alternativamente, de caballa salada, al que se agregaba cebollas y ají amarillo. Al

[26] El sacha culantro (*Eryngium foetidum*) es una planta herbácea originaria de la Amazonia occidental y utilizada tanto silvestre, como cultivada. Tiene un aroma similar al culantro (que es originario del sur de Europa), aunque es ligeramente picante. Se usa como aromático en guisos, sopas y ensaladas.

momento de servirlo se adicionaba culantro picado y zumo de naranjas agrias[27], este último reemplazado actualmente por jugo de limón. La denominación se ha extendido a gran parte del territorio nacional como equivalente a caldo de pescado, al cual a veces se agregan algunos moluscos como los mejillones.

Un caldo de estructura similar se cocina en el departamento de Puno, en las comunidades asentadas en las proximidades del lago Titicaca, situado a 3810 m s. n. m. Se trata del **chaulla thimpo**, preparado a partir de un pescado de pequeñas dimensiones, que alcanza generalmente una longitud que oscila entre los 15 y 25 cm. Popularmente es conocido con el nombre de carachi y se emplea para preparar esta sopa el carachi negro (*Orestias albus*) y el carachi amarillo (*Orestias luteos*) en cantidades similares. Las zonas donde hay mayor extracción de este pescado son las localidades de Capachica, Pusi, Pomata y Moho.

Sopas de preparación similar son aquellas que en la costa del Perú se denominan **sudados**. Por sus ingredientes y texturas, se hallan a mitad camino entre una sopa y un guisado. Se trata de caldos generados con pescados, a veces enriquecidos con crustáceos y moluscos, los que se cuecen con trozos grandes de tomates y cebollas, ají verde en rajas largas y trozos de yuca, que alcanzan un sabor sublime a partir del agregado de chicha de jora durante la cocción. Se suelen servir acompañados con un cuenco de arroz graneado para que el comensal lo vaya adicionando paulatinamente a la sopa.

Una preparación representativa de la provincia de Cajatambo, en la serranía de Lima, es la **sopa pari**, platillo asociado a las fiestas patronales, como, por ejemplo, en la festividad del Divino Salvador, santo patrón del pueblo de Huancapón. La denominación de *pari* hace referencia a una voz quechua que significa candente. El 16 de junio de 1966 se produjo un acontecimiento histórico en Cajatambo: la inauguración de la carretera de acceso transversal Pativilca-Cahua-Pamplona-Cajatambo, que se integró a la Red Vial Nacional. Se trataba de un proyecto largamente acariciado por los pobladores de esta provincia de Lima, cuyas gestiones se habían iniciado en 1922, durante el gobierno de Augusto B. Leguía, y se continuó en las siguientes cuatro décadas. En la ceremonia de inauguración se llevó a cabo

[27] La naranja agria (*Citrus aurantium*) es un árbol cítrico espinoso cuyos frutos no son comestibles debido a su sabor e amargo, aunque su jugo se utiliza como condimento. Fue introducido por los españoles y figura en documentos de archivo como árbol presente en las huertas desde finales del siglo XVI. Casi ha dejado de cultivarse, si bien al norte de Lima, en la ciudad de Huacho y sus alrededores, el tradicional cebiche de pato se prepara con el jugo de esta fruta.

una gran fiesta, con la asistencia del entonces presidente Fernando Belaúnde Terry. Entre los platos servidos estuvo la sopa pari y, debido a las piedras incandescentes agregadas al plato servido, el entonces presidente, un tanto sorprendido, le dio el sobrenombre de "sopa de piedra", incorporada al habla cotidiana, aunque no se trata de la denominación tradicional original.

Esta suculenta sopa contiene caldos de diferentes tipos de carnes, tanto frescas como secas. En el fogón y empleando varias ollas a la vez, se elaboran los caldos de carnes frescas de res o cordero y cerdo, así como de gallinas. También se prepara el caldo de las carnes secas o charqui de res y cordero. En otra una olla se hacer hervir agua, que se aromatiza abundantemente con hojas de chincho[28] o también de huacatay y se reserva. También se cuecen los cuyes, que son fritos en manteca hasta quedar crocantes. En otra olla se hace hervir la papa seca[29], que previamente ha sido remojada en agua durante varias horas hasta que esté tierna. Aparte debe prepararse el aderezo en una olla grande, sofriendo en manteca de cerdo, ají mirasol, sal, palillo[30], comino, pimienta, ajos molidos y abundante cebolla de verdeo picada groseramente, hasta que tome consistencia. Una parte del aderezo es agregado a la papa seca mientras que el resto se reserva. En paralelo, se prepara una buena cantidad de cancha de maíz amarillo[31]. Por último, se caldean piedras pequeñas y medianas redondeadas, provenientes de ríos o manantiales, las que deben estar incandescentes.

Poco antes de servir, los caldos de las distintas carnes son mezclados en una olla de gran tamaño y las carnes son trozadas en porciones y reservadas. La sopa se sirve en un mate, colocando una porción de papa seca aderezada, trozos de carne de res, carnero, cerdo, gallina y charquis. A esto se le agrega el caldo de las carnes y un cucharón de agua de chincho, una o dos cucharadas del aderezo y una o dos piedras incandescentes. Estas al chisporrotear dentro del caldo sueltan los minerales que le

[28] El chincho es una hierba aromática (*Tagetes elliptica*), conocida también como yacuchincho o suyku, cuyas hojas y flores se usan como saborizantes en sopas y caldos, así como en la preparación de las carnes para la pachamanca.

[29] La papa seca es una técnica ancestral empleada en la conservación de este tubérculo. Una vez cosechada, se cocina entera en agua sin sal. Si las papas son muy grandes se cortan en mitades. La cocción debe ser a término medio y de inmediato se escurre el agua y vacían las papas a medio cocer sobre una manta. Una vez que empiezan a enfriar se pelan y desmenuzan, dejándolas al sol para que se terminen de secar.

[30] El palillo *(Campomanesia cornifolia*), llamado también chamba, es un árbol cuyo fruto es una baya redonda y aplanada, que al madurar adquiere un color amarillo intenso. Es notablemente aromática y otorga a las sopas un sabor frutal cítrico, con tonos de menta y orégano.

[31] La cancha es el maíz tostado a fuego lento en una callana u olla de barro, con un poco de manteca y sal, removiéndolo hasta que sus granos queden dorados y tostados.

otorgan sabor a la sopa y la mantienen caliente. Toda una delicia. La tradición local sostiene que si un hombre prueba esta sopa de manos de una mujer, no logrará dejar la comunidad nunca más y se quedará en ella para siempre.

En los Andes sur, Arequipa es una región que destaca por la diversidad, estructura y complejidad de sabores que ofrece su gastronomía. Varios de sus caldos, sopas y chupes están vinculados con un determinado día de la semana, tradición que se sigue manteniendo en algunas familias. Debido al tiempo que requiere su preparación y las necesidades de la vida laboral actual, el lugar común donde se expenden son las picanterías, tanto en la ciudad de Arequipa como en las principales ciudades y centros poblados de la región. La tradicional sopa de los domingos y también de Semana Santa es el **caldo blanco** o **pebre de lomos**.

Este se prepara con trozos de lomo de cordero, agregando más o menos la quinta parte del peso del cordero, en carne seca o chalona del mismo animal. Al caldo de carnes se adicionan garbanzos, zanahoria, nabo, puerro y apio picados. Una vez que las carnes están tiernas, se cuela y reserva el caldo. En una olla se prepara un aderezo con cebolla y ajos picados, que cuando está dorado, se agrega el caldo que se reservó, papas peladas y cortadas en cubos, yucas en trozos, chuño blanco remojado, exprimido y cortado en trozos y arroz. Una vez que todo está cocido, se hacen regresar las carnes y verduras a la olla, adicionándose perejil y hierbabuena picados. La sopa humeante y suculenta, está lista para servirse.

Un caldo particular es el **caldo de cushuru,** que se prepara en Ancash durante la Semana Santa, particularmente en las comunidades de la provincia de Sihuas. El cushuru, llamado también ururupa, llullucha o murmunta (*Nostoc commune*) es un alga pequeña, de forma esférica, que crece en los arroyos y lagunas andinas por encima de los 3000 m s. n. m.

El cronista Cobo señala que la yerba conocida en general como *cochayuyu* es denominada por los indios con los nombres de *llallucha* y *murmuntu*. Afirma que se trata de "[…] unas hojitas como lentejas, las cuales carecen de tronco y raíz; nacen siempre en lugares muy húmedos y por eso les dan el nombre de cochayuyu, que quiere decir hierba de laguna o charco […] usan los indios muchos desta yerba en sus comidas […]".[32]

[32] Cobo, ibídem, 179.

Durante los días santos, los pobladores de Sihuas y comunidades aledañas se desplazan hasta las alturas para recolectar el cushuro. La laguna de Cushurbamba es uno de los lugares favoritos por la abundancia de esta pequeña alga andina en forma de huevecillos verde amarillento oscuro o marrón.

Para el caldo se debe hacer un sofrito de cebollas y cuando están doradas se agrega agua en la cantidad necesaria. Apenas rompe el hervor se agregan papas de dos variedades, peladas y cortadas en cubos: primero se echan las papas blancas de la variedad Yungay y luego de unos minutos se hace lo propio con las papas amarillas, ya que estas últimas son más delicadas y cuecen rápidamente. Cuando estén cocidas, se agrega una buena cantidad de cushuro y huevos de gallina que se deslíen en el caldo, así como queso fresco trozado. Se rectifica la sal y está listo para ser consumido.

Durante las celebraciones de Semana Santa, el mayordomo de la fiesta reparte platillos de esta sopa a toda la población, acompañando la entrega con el tradicional dulce de chiclayo[33] o alternativamente con un *api* o mazamorra de harina de trigo tostada.

Este caldo y otros platillos a partir de la murmunta, también se degustan en otras zonas andinas situadas en la provincia de Jauja y en Cerro de Pasco.

Otro caldo muy nutritivo y oriundo de Cajamarca es el **caldo verde**. Se desconoce el origen de esta preparación, pero como se trata de una región agrícola y ganadera, es posible que sus pobladores simplemente hayan hecho uso de sus insumos cotidianos por lo menos desde el siglo XIX. Es un caldo que con frecuencia consumen los campesinos en el desayuno antes de sus faenas diarias.

Su preparación es sencilla y se comienza colocando en una olla un poco de aceite y ajo. Cuando el ajo está ligeramente dorado, se agrega la cantidad de agua necesaria junto con papas blancas, peladas y cortadas en cubos medianos. Una vez que las papas están cocidas, se añaden los huevos “chicoteados”, es decir que se hace un orificio en uno de los extremos de cada huevo y se deja escurrir en el caldo, de

[33] El chiclayo es una cucurbitácea que también se denomina *chiuche* o *chipche*. De acuerdo con los resultados de varias excavaciones arqueológicas en el Perú, esta calabaza se cultivó desde los 6,000 años a. C. aproximadamente. Cuando está madura se puede cocer en hornos de barro o en una olla para obtener el dulce de chiclayo o *mishki chipchi*. La preparación del dulce suele tener algunas variantes, con cáscaras de naranja, con azúcar rubia o chancaca, con maíz molido y tostado o con trozos de piña.

manera que va coagulando lentamente y formando largos hilos. Mientras tanto, se debe preparar un majado "verde" en un batán, moliendo varias hierbas aromáticas como paico, perejil, ruda, muña, huacatay, culantro y honrada[34], a las que se les agrega sal. Este preparado se coloca en un mate para que cada comensal se sirva a su gusto. En los restaurantes es común que sirvan el majado verde dentro del caldo, que es de un color verde intenso y de un sabor delicioso y sensación reparadora. También es frecuente agregar dentro del caldo, unos trozos de quesillo fresco o pequeños pedazos de chicharrón. Se acompaña con mote sancochado o cancha tostada.

Dejando esta selección representativa de caldos, tenemos las **sopas** cuya densidad es mayor.

En la región costera del Perú, una preparación originaria de la región La Libertad, es la **sopa teóloga**, que se acostumbra comer en Domingo de Ramos. Se ha afirmado con frecuencia que tiene sus orígenes en una sopa medieval española y esto se basa fundamentalmente en la combinación de carnes con pan sofrito, al que se agrega caldo y especias.

En la tradición titulada *Agustinos y Franciscanos* (1608), Ricardo Palma narra la enemistad en Lima entre los frailes de ambas órdenes, que llegaron a negarse el saludo. En vano, el virrey y el arzobispo tomaron cartas en la querella, situación que se resolvió después de un encono de dos años, en la vigilia a san Francisco Solano, quien falleció el 14 de julio de 1610. El virrey Juan de Mendoza y Luna, marqués de Montesclaros, aprovechó el momento de ir a besar la mortaja del difunto para invitar a ambos priores en querella a que lo acompañaran. Allí y frente al ataúd les pidió que dejaran sus diferencias, lo cual fue aceptado por ambos, quienes se abrazaron calurosamente. Un mes después, los dominicos ofrecieron un banquete de reconciliación donde sirvieron "[…] *sopa teóloga, fritanga de menudillos, pavo relleno, carapulcra de conejo, estofado de carnero, pepián y locro de patitas, carne en adobo y pastel de choclo*".[35] No obstante, el hecho que fuera servida a principios del siglo XVII en un banquete en Lima no significa que los teólogos dominicos fueran sus creadores.

---

[34] La honrada (*Tagetes elliptica*), conocida con este nombre en la región de Cajamarca y como chincho en la región andina, es una planta de la familia del huacatay, de pequeño tamaño, cuyas hojas tienen un sabor parecido al orégano.

[35] Ricardo Palma, 1953: 263

A principios del siglo XIX, el poeta y dramaturgo Felipe Pardo y Aliaga alabó esta sopa en su comedia *Frutos de la educación* donde escribió textualmente:

> "Lleno hasta el borde me sirve,
> Un plato de sopa.
> ¿Tanto Marqués?
> Coma Usted amigo,
> Que está delicioso el caldo
> Y puede esta sopa teóloga
> Presentarse a un Soberano"[36]

Algunos estudiosos sostienen que la sopa teóloga tiene su origen en la cultura Moche. Supuestamente por entonces era una suerte de guiso de maíz tostado y molido, desleído en un caldo preparado con aves marinas. Esta hipótesis, si bien es sugerente, tiene todavía que ser arqueológicamente demostrada.

La sopa parte de un sabroso caldo de gallina y carne de pecho vacuno. Una vez cocido, se retiran las carnes y se cuela el caldo. A este se agregan abundantes trozos de miga de pan sofrita en manteca, dejándolos cocer por un rato hasta que se integren. Mientras tanto, en otra olla, se hace un sofrito de ajos, cebollas, tomates picados y ají verde molido, a los cuales se agrega abundante perejil picado, orégano, hojas de laurel, canela en rama, clavos de olor enteros, nuez moscada rallada, sal y pimienta. Cuando la preparación está lista, se agrega la gallina deshuesada y cortada en trozos y de manera similar la carne de res. Cuando todo esté unido y las carnes hayan absorbido los sabores del sofrito, se agregan aceitunas negras picadas gruesas, pasas rubias de uva, almendras peladas y huevos duros picados. Se termina agregando un poco de vino dulce. El caldo que se había reservado y espesado con el pan se vierte sobre este rehogado y se deja hervir a fuego lento hasta que los sabores se concentren. En algunas ocasiones, se sirve coronada con una rosca de manteca de gran tamaño, en alusión a la entrada triunfal de Jesucristo en Jerusalén.

Si nos desplazamos hacia la Amazonia, de allí provienen dos sopas de sabor y texturas particulares: el **inchicapi** o **inchic hapi** y la **sarapatera**. La primera de ellas es una sopa densa y cremosa, propia de las áreas rurales, ya que es muy reparadora después de un intenso día de trabajo en la preparación de la roza y quema de sus

[36] Felipe Pardo y Aliaga, 1962: 159

tierras. Se requiere de una cierta pericia para lograr el punto de sabor y espesor, pero una vez alcanzado es una delicia sin igual.

En su preparación intervienen una gallina tierna de chacra, que se pone a hervir cortada en presas. Mientras tanto, se tuestan los maníes (*inchic* en quechua) y se pelan, para a continuación molerlos en un batán de piedra, agregando maíz que se muele groseramente, ajos, cebollas, sal, comino, ajíes dulces[37] y sacha culantro. Cuando el caldo está sustancioso, se agrega la molienda del batán y se sigue revolviendo durante unos minutos. Por último se agregan trozos de yuca pelados y se deja cocer hasta que tome el espesor requerido. Se sirve en platos hondos con un trozo de gallina y otro de yuca por comensal. Se suele acompañar con ají de cocona, el cual es una combinación de coconas peladas y picadas sin pepas, cebollas rojas picadas, ajíes charapita[38] y hojas de sacha culantro trituradas; todo esto se condimenta con limón y sal.

La segunda sopa es la **sarapatera**, cuyo ingrediente principal es la carne de la tortuga motelo o tortuga de patas amarillas (*Geochelone denticulata),* que popularmente se conoce con el nombre de charapa. Ha sido un alimento propio de los pueblos nativos amazónicos durante milenios. Estos las capturaban vivas y en ocasiones las tenían en cautiverio un tiempo como reserva de proteínas. Podemos leer en las crónicas misionales de Maynas la importancia de las tortugas y sus huevos. A manera de ejemplo, cito lo señalado por el jesuita Manuel Uriarte, religioso en la reducción de Santa Bárbara de Omaguas:

> "[…] quise aprovechar el gran patio o corral que había cercado […] sembrando todo lo demás de cañas, alrededor plátanos, café, higos y naranjos que había traído de Omaguas […] porque no faltase cosa que imitar, hice en medio una buena charapera, y como traían tales cuales charapas algunos ladinos […] iban creciendo y servían a las necesidades".[39]

> "Para las charapas iban a Ucayale […] llevaban diez o más tinajones que daba el Misionero y recogiendo millares de huevos, que hay en las playas *comían a* gusto,

[37] El ají dulce (de la familia del Capsicum chinense) es típico de la región amazónica. Es de color rojo o anaranjado intenso, su picor es mínimo, pero agrega un delicioso sabor a los potajes.

[38] El ají charapita tiene forma globular achatada y es de color amarillo intenso. Es el más extendido en la Amazonia peruana y uno de los más picantes. Su ubicación taxonómica no ha sido determinada con certeza hasta el presente.

[39] Manuel Uriarte [1778]. *Diario de un misionero de Maynas,* 1986: 382.

> y los demás aplastaban en las canoas; y la manteca que sobresalía ponían con unas conchas en los tinajones, hervían en pailas y con un poco de sal, dejada enfriar la echaban a las tinajas que cerraban con hojas de bijao (como plátanos) y aseguraban con venas, metiéndolas después en las canoas grandes sobre basas pajizas"[40].

No obstante, el aumento de la población en la Amazonia en los siglos XX y XXI ha resultado en la disminución del número de animales en estado silvestre, a pesar que se encuentran protegidos por la Ley Forestal y de Fauna Silvestre Nº 29763. El hecho que también se consuman sus huevos hace que su reposición sea insostenible en el mediano plazo.

Esta sopa es muy simple en ingredientes, aunque su elaboración es compleja porque tiene tres preparaciones que se conjugan hasta alcanzar la densidad y sabor deseados. La carne de la tortuga y sus vísceras se hacen hervir en agua con sal para que se suavicen y luego se pican en cubos. En otra olla se prepara un aderezo con manteca, cebolla y ají. Cuando está dorado, se agregan los ingredientes cárnicos y un poco de agua. Luego la preparación se transfiere en el caparazón fresco de la tortuga y se acomoda encima de brasas de leña de modo que la cocción se realice en el rescoldo a fuego lento. Cuando se halla a mitad de la cocedura, se adiciona plátano verde rallado, cúrcuma fresca molida, sal, sacha culantro picado y el agua necesaria para lograr la densidad requerida. Una media hora después, está lista para ser consumida.

En una categoría aparte hallamos los **chupes**, que conceptualmente se definen como sopas consistentes, originarias y típicas de Perú y Bolivia. En el siglo XIX eran sopas sustanciosas que se tomaban por las mañanas, lo que fue modificándose a lo largo del siglo siguiente, cuando se transformó en un plato que se consumía en el almuerzo y su uso en el desayuno quedó restringido a algunas áreas rurales.

Los chupes se pueden preparar con carne de res, cordero, gallina, camélidos americanos como la llama y alpaca —de los cuales se usan también los huesos para intensificar el sabor— de cuyes, carne seca o charqui, pescado, mejillones o camarones de río, así como tripas de res o cordero. Lleva abundantes vegetales, tales como zapallo, habas, puerro, nabo, zanahoria y otros. Es frecuente que incluya algún cereal como el trigo, mote de maíz o arroz. Las papas son un ingrediente indispensable, ya sea frescas o en forma de chuño blanco o negro. Existen también

[40] Idem, 176.

los chupes de vegetales, tales como los de papas y habas verdes, de ollucos, de papa seca, de pallares verdes y otros. Se condimentan con un sofrito de cebollas, ajos y una pasta de ají (mirasol o panca), que resultan en una preparación contundente por la intensidad del sabor.

De todas las regiones, destaca, sin duda, Arequipa por tener once diversos chupes, varios de los cuales están asociados a los días de la semana. El que se ha extendido más allá de sus fronteras es sin duda el **chupe de camarones**, que también se prepara en Lima y en otras ciudades del litoral sur.

Como es usual en la elaboración de los chupes, se comienza preparando el caldo, que en este caso se debe hacer con cabezas de pescado blanco. Mientras tanto, se sofríen cebollas picadas, ajos triturados y ají molido, con pimienta, comino y sal. Al caldo colado se le agrega este aderezo y se incorporan papas amarillas cortadas en cubos, habas, arvejas y arroz. Cuando la cocción está casi en su punto, se agregan una abundante cantidad de camarones de río y pescado cortado en trozos. Después de unos minutos, se adicionan unos huevos que se rompen en el caldo —aunque sin moverlos para que la yema cuaje entera— y abundante queso fresco trozado menudo. Antes de servir, se adelgaza el chupe incorporando leche fresca y se termina espolvoreándolo con orégano seco tostado.

En las picanterías arequipeñas, cada día de la semana corresponde a una sopa tradicional, que en general han denominado chupes, sin que todos ellos estrictamente sean tales. Los lunes preparan el chaque de tripas y los martes, el chairo. Ambas sopas, si bien pueden estar en la categoría de chupes, son variaciones regionales de la patasca que aquí han enriquecido con otros ingredientes adicionales, tales como las tripas y lengua de cordero, las chalonas, el chuño blanco o negro, y el trigo. Los miércoles es el día del chupe de chochoca, que por su textura cremosa puede ser considerado una lawa. Algo similar ocurre con el chupe de los jueves que es de chuño negro, que propiamente es una lawa de chuño. Los viernes es el chupe de viernes, preparado solamente con vegetales y eventualmente con caldo de pescado. Los sábados es el día de la timpusca y, finalmente, los domingos se toma el pebre o caldo de lomos, que es una sopa caldosa, aunque no estrictamente un chupe. La definición de chupe arequipeño es una percepción tradicional y unificadora, adecuada a su propia colectividad, ya que tampoco son preparaciones exclusivas de esta región.

El **chaque de tripas**, cuyo nombre proviene del quechua "chaque", que significa cortar en trozos pequeños, es un chupe caldoso que en el *Nuevo manual de la cocina peruana* se definía como "[…] *un guiso muy común en Arequipa, que tiene mucha semejanza con el asado de papas de Lima, pues lleva carne y papas como éste, con la sola diferencia de estar las papas bien martajadas*".[41] El literato Pedro Paz Soldán y Unanue (1839-1895), conocido por el seudónimo de Juan de Arona, señalaba que el chaque era un chupe de papitas pequeñas machucadas y la olla en donde se prepara se llamaba chacquena.[42]

El caldo de este chupe se prepara con trozos de carne de res, carne y tripas de cordero y chalona, que se cuecen durante una hora con algunas verduras como nabo, zanahoria, zapallo en trozos y puerro. El caldo se cuela y reserva. Para el aderezo se sofríe cebolla picada, ajo y ají panca molidos. Una vez listo se adiciona el caldo y luego trigo morón sancochado, chuño blanco previamente remojado y cortado, papas frescas cortadas en cubos y habas peladas. Cuando los vegetales están tiernos se agregan las carnes y tripas cortadas en tiras. Se sirve bien caliente acompañado con cancha tostada.

El **chairo o chayru** es una sopa tradicional entre los pobladores de los Andes centrales y sur del Perú, que habitan en Cusco, Puno y Andahuaylas. Igualmente es consumida en Bolivia y en la parte norte de Chile. Es una sopa muy consistente, que sacia a los campesinos en sus largas jornadas de trabajo, motivo por el cual es consumida con frecuencia en el desayuno o al final de las labores del día.

En su estructura es considerablemente similar al chaque, con ciertas diferencias en algunos ingredientes, ya que no lleva tripas, sino solamente carnes y, de ser posible, lengua de carnero. Adicionalmente se le agrega mote, que en el chaque no es utilizado. El caldo del chairo se obtiene a partir de carne de res y lengua de carnero cortadas en trozos y de chalona de cordero deshilachada. El aderezo del caldo es un sofrito de cebolla picada y ají mirasol molido. Las verduras que lo acompañan son habas, zapallo cortado en cubos medianos, papas frescas cortadas en cubos grandes, zanahoria cortada en bastones largos, rodajas de maíz fresco o choclo y hojas de col picadas menudamente. Los espesantes están formados por el chuño negro remojado, exprimido y cortado en cubos pequeños, mote de maíz

---

[41] Sin autor [un limeño mazamorrero] *Nuevo Manual de la cocina peruana*, 1926: 52.

[42] Juan de Arona, *Diccionario de peruanismos*, 1974.

blanco y trigo morón previamente cocidos y pelados. Al servirlo se espolvorea con hierbabuena picada.

La **timpusca** es una sopa densa que puede ser considerada como un chupe y que se consume en Arequipa, Cusco y Puno. También se le conoce con el nombre de timpu o timpo, que en quechua significa hervir. En Arequipa la timpusca de peras es una sopa estacional, que se consume los sábados. Cuando no hay peritas disponibles, es reemplazada por un puchero.

Desde por lo menos finales del siglo XIX, se acostumbraba prepararla en la celebración de la Bajada de los Reyes Magos, fecha que coincidía con la Fiesta de la Sacudida de los Perales, la misma que quedó en el olvido a mediados del siglo pasado. En años recientes, esta fiesta popular ha vuelto a celebrarse, debido al interés de impulsar la recuperación de las tradiciones locales que se venían perdiendo, si bien para ello es necesario primero recuperar el cultivo de los perales.

Originalmente un 6 de enero, un buen número de habitantes de la ciudad y otros poblados se desplazaban al distrito de Tiabaya a pasar el día que comenzaba con la santa misa. Una vez concluida, las familias se dirigían a los anexos del distrito con sus "quepiñas" o mantas hechas de costales de yute, las que extendían al pie de los perales. Las familias que podían hacerlo compraban cada año un peral, de modo que en dicho distrito a mediados del siglo XX había más de 15 000 perales. Ese día el patriarca de la familia sacudía el peral para que la fruta cayera sobre las mantas y pudieran ser recogidas con facilidad. Estas peras eran de la variedad pereta (*Pyros cossoni*), que en la región se conocen como "peritos" por su diminuto tamaño.

A la hora del almuerzo las mujeres preparaban la timpusca de peras, que acompañaban con la "bebida de los Reyes". Esta se servía en un vaso grande donde se mezclaba tres licores en representación de los tres Reyes Magos: la chicha de jora que simbolizaba al Rey Cholo; el vino, al Rey Negro; y el aguardiente de anís, al Rey Blanco. La fiesta duraba hasta el atardecer con tertulias, bailes y grandes demostraciones de alegría.

Si bien es una preparación suculenta, se trata de una variación del chaque y el chairo. El caldo se prepara con las tradicionales carnes de res, cordero y chalona de cordero. En algunos casos, la carne de res es reemplazada por una lonja fresca

de cerdo. Los vegetales que acompañan el caldo son puerro, apio, nabo y choclo en rodajas. El condimento es el clásico sofrito de ajos y cebollas. Los espesantes están formados por papas frescas partidas en mitades, trigo morón previamente cocinado y chuño negro remojado, exprimido y chanchado. Los ingredientes que generan una sustancial diferencia de aroma y sabor son dos: el cochayuyo[43], que debe ser soasado en una sartén sin materia grasa hasta que tome un color verdoso, y las peritas frescas, que por su tamaño se emplean enteras y con cáscara. Ambos se agregan a la cocción casi al final de la misma, conjuntamente con una buena cantidad de hierbabuena picada y algunas hojas de bledo.[44]

Por último, tenemos una preparación que puede estar en la categoría de las sopas densas o chupes y es la **sopa de chochoca**. Si bien en Arequipa es consumida los días miércoles, tiene una amplia difusión en gran número de regiones andinas y yungas del Perú. Con algunas variaciones en su preparación, es común en Bolivia, Argentina y Chile.

En este caso, el ingrediente fundamental es el maíz molido o *chuchuqa*, que se obtiene mediante una técnica de conservación de alimentos propia del antiguo Perú. Una vez cosechado el maíz tierno o choclo, se hacen hervir las mazorcas hasta la mitad de su tiempo de cocción. A continuación, se ponen a secar al sol, que las deshidrata completamente. Por último, se desgranan y se muelen hasta convertirlos en una harina granulada gruesa.

En la preparación del caldo se requiere carne de res y una poca cantidad de cecina para reforzar el sabor cárnico, con vegetales como puerro, nabo y apio. Una vez logrado el caldo, este se cuela y reserva. Mientras tanto, se prepara el aderezo con cebollas picadas, ajos molidos y ají colorado o panca, sal y comino. A este sofrito se agrega el caldo y las carnes, y cuando rompe el hervor se adicionan papas frescas cortadas en trozos grandes, habas peladas y hierbabuena picada. En algunas regiones le agregan un rocoto entero, cuidando que no se rompa para evitar el

[43] Las algas provenientes de los ríos y lagos se denominan en quechua *kushuru ,llulluch'a* o *mayulaqhu*. El *quchayuyu* o cochayuyo (*Porphyra columbina*), son las algas provenientes del mar, de color verde oscuro, purpurino o marrón rojizo. Santiago Antúnez de Mayolo, *La nutrición en el antiguo Perú*, 1981: 74. En los chupes como la timpusca se usan los cochayuyos secos, que tienen una textura delicada y un sabor sofisticado.

[44] El bledo (*Amaranthus retroflexus*) es una planta nativa de América tropical, pero está muy extendida en un gran número de hábitats. Fue utilizada para una multitud de alimentos y medicamentos por muchas etnias nativas americanas. Sus hojas tienen un gusto que recuerda al tomate verde y se puede comer cruda, frita o hervida.

picor excesivo. Cuando las papas están a mitad cocción, se agrega la chochoca, revolviendo constantemente para evitar los grumos. Al servir se suele agregar más hierbabuena fresca recién picada. Sin duda, es una preparación densa y reparadora.

Otro tipo de sopas son las **lawas**, muy extendidas en las regiones sur del Perú y en Bolivia. Se trata de preparaciones cremosas, entre las cuales la más popular es la *ch'uñu lawa* o *ch'uñocola*, habitual en el Cusco y que se ha extendido hacia Arequipa, donde es conocida como el "chupe de los jueves". Entre las lawas más comunes se hallan las de mote, de choclo y de harina de trigo. En algunas preparaciones le adicionan papas y eventualmente pequeños trozos de charqui.

El ingrediente fundamental del ch'uñu lawa es el chuño. Las mejores papas para prepararlo son las shiri (variedades *S. juzepczukii* y *S. curtilobum*), que se siembran por encima de los 3800 m s. n. m. No pueden ser utilizadas frescas, porque son amargas y picantes y solamente sirven para preparar el chuño. Se diferencian dos tipos: el "chuño blanco", llamado también tunta o moraya, que es el descascarado, y el "chuño negro", que conserva la piel.

Para el preparado del chuño blanco, se escogen las mejores papas las cuales se disponen sobre una capa de ichu o paja de altura durante dos o tres noches para que se congelen. Durante el día es necesario recogerlas y guardarlas a la sombra para que el sol no las ennegrezca. Luego se colocan en costales y se sumergen en agua corriente durante 20 o 30 días. Si el agua es de laguna y ligeramente salada, adquirirán una suavidad particular. Con este procedimiento logran perder los alcaloides, así como los elementos amargos y tóxicos. Una vez extraídas del agua, se forman unos pequeños montoncitos, que se pisan con los pies descalzos para extraerles todo el líquido. Esta es una ocasión festiva teñida de cantos y bailes. Por último, se exponen al sol durante unos 15 a 20 días para que se deshidraten por completo. Finalmente deben restregarse con las manos o con la ayuda de cuchillos para quitarles la cáscara. Todo el proceso dura unos cincuenta días y este tubérculo queda listo para ser almacenado en un sitio seco y durar hasta cinco años en buen estado de conservación.[45]

El trabajo de elaboración del chuño negro es menos cuidadoso ya que se prepara a partir de tubérculos pequeños. Estos son expuestos de cinco a diez días a las heladas

[45] Mauricio Mamani, "El chuño: preparación, uso y almacenamiento", *Tecnología Andina,* 1978: 227-232.

nocturnas y a la fuerte irradiación solar diurna, que los deshidrata y otorga el color negro característico.

Para preparar la lawa de chuño o chuño cola, es necesario tener una buena cantidad de chuño negro y la quinta parte de chuño blanco o tunta, los cuales se muelen finamente. La harina obtenida debe cernirse sobre un colador de agujeros grandes. A continuación se sumerge en abundante agua, que debe ser cambiada varias veces una vez que la harina se sedimenta para quitar el amargor del chuño negro, ya que durante su preparación no ha sido sumergido en agua. Al mismo tiempo, se prepara un aderezo con cebolla picada, ajos molidos, pimienta, sal y comino. Una vez que está listo se agrega caldo de res o de carnero y se lleva a ebullición, agregando abundante carne de carnero en trozos pequeños y papas frescas picadas en trozos grandes. Cuando todo está cocido, se incorpora la harina de chuño y se remueve continuamente mientras va espesando. Una vez cocido y antes de retirar del fuego, se agregan ramitas de orégano, hierbabuena, culantro y muña. En tiempos más recientes y a nivel urbano, en algunos casos y durante la cocción, le agregan arroz y garbanzos previamente cocidos. Es una lawa que se toma a lo largo de todo el año.

Con frecuencia las sopas reciben denominaciones puntuales, dependiendo del ingrediente principal. Aquellas que tienen como protagonista el trigo resbalado se suelen denominar **lluncas**. El término, de origen quechua, significa granos o cereal sin cáscara. La más tradicional es el **llunca cashqui** de Ancash, que originalmente fue un plato que se servía al final de los sepelios como agradecimiento y reafirmación social de aquellos que habían acompañado al difunto a su última morada. Desde mediados del siglo pasado, esta sopa perdió su connotación original y pasó a ser un plato de uso común y comercial.

Su preparación es sencilla y parte de un caldo preparado con presas de gallina, trigo (previamente remojado en agua unas 12 horas) y unos tallos de apio. Aparte se prepara un aderezo con ajo chancado y ají mirasol molido, que luego se incorporan al caldo, conjuntamente con unas ramas de orégano. Poco antes de servir se adiciona una buena cantidad de cebollitas de verdeo picadas.

Una llunca con nombre propio es el **patachi**, sopa con trigo y otros ingredientes espesantes, propia de la región andina central que abarca los departamentos de Huancavelica, Ayacucho y Junín, y se extiende hasta Huarochirí en la sierra de Lima. Las diferencias con las lluncas ancashinas residen, en primer lugar, en el

uso de carne de vacuno o alternativamente de cordero. Con frecuencia se agregan las patitas como gelatinizante de la sopa y el charqui para intensificar el sabor. En segundo término, si bien el trigo es el ingrediente principal, también lleva vegetales deshidratados como frijoles, arvejas, habas con cáscara, maíz (chochoca) y, en ciertas localidades, chuño molido.

Se parte de un caldo que se prepara con las distintas carnes y, cuando están suaves, se adicionan los vegetales secos previamente remojados, a excepción de la chochoca que no se rehidrata. El trigo es el ingrediente principal, ya que el conjunto de los restantes vegetales deshidratados, debe ser proporcionalmente igual al trigo. Es una sopa de cocción lenta, para que los sabores y texturas se integren plenamente. Cuando el trigo revienta, se agrega orégano, muña y hierba buena. Se sirve con el aderezo separado en un cuenco y cada comensal se agrega la cantidad deseada a su plato de sopa. Este es un sofrito de cebolla picada, ají amarillo y palillo.

Otras sopas densas con denominaciones propias son los **espesados,** preparados a base de choclo tierno molido. La región de proveniencia es Lambayeque, en el norte del país. Si bien en algunas conferencias especializadas se ha afirmado que el espesado es una preparación que se remonta al antiguo Perú y era consumido por el "Señor de Sipán y todos sus vasallos", esto no ha sido demostrado arqueológicamente y por lo tanto, en el mejor de los casos, es una hipótesis. Varios de sus ingredientes fueron traídos a América por los españoles, así que si se lograra comprobar esta afirmación, debió tratarse de una preparación sustancialmente distinta a la actual.

En la ciudad de Chiclayo es una sopa que se toma los días lunes. Para prepararla se debe salar ligeramente la carne, que es malaya de res, y dejarse orear por una noche. Luego se prepara un caldo con dicha carne, acompañada de vegetales que le otorgan sabor como puerro, zanahoria, apio y tomate. Cuando la carne está tierna, se cuela el caldo y se pone a hervir nuevamente, esta vez con yucas cortadas en trozos medianos, zapallo loche (*Cucurbita moschata*) picado en cubos pequeños, caiguas cortadas en tiras y zarandajas frescas (*Dolichos lablab*), también conocidas regionalmente como cencapuspu, que es una leguminosa pequeña de color blanco cremoso. Cuando las verduras están cocidas, se incorpora una buena cantidad de choclo fresco molido con culantro y con unos ajíes verdes despepitados, y se remueve constantemente para que espese de modo homogéneo. La sopa se suele

servir con algunos trozos de carne, acompañándola con arroz graneado blanco o colorado, servido separadamente. En algunas caletas costeras, preparan el espesado con trozos de pescado.

Siempre en la costa norte, en la región de La Libertad, se prepara una sopa densa que se denomina **shámbar**. Si bien se desconoce su origen, los ingredientes fundamentales son los vegetales secos, lo que permite inferir que debió provenir de la zona alto andina de la región. Sus ingredientes principales no son autóctonos, sino traídos por los europeos a partir de finales del siglo XVI. En la serranía del departamento de La Libertad, en Santiago de Chuco, se prepara una sopa con las mismas características, conocida como **cashallurto**, que es un vulgarismo local para denominar el trigo resbalado. De manera similar, en Chiquián y en Pallasca, centros poblados situados en las serranías de Ancash, se prepara el mismo cashallurto, cuyo uso se extiende a los valles andinos de Lambayeque y Cajamarca. Esto permite inferir que el shámbar o chámbar es la traslación de una sopa andina a las poblaciones costeñas.

Para prepararla es necesario remojar los vegetales secos desde la noche anterior. Estos son el trigo resbalado, frijol bayo, habas sin cáscara, arvejas y garbanzos. El ingrediente principal es el trigo y los cuatros restantes combinados deben alcanzar la misma proporción. Se ponen a hervir todos juntos en una olla y a media cocción se adiciona pellejo y carne de cerdo, así como un poco de jamón serrano o costillas ahumadas de cerdo cortadas en trozos. Mientras tanto, se prepara un aderezo de cebollas picadas, ají mirasol, ajos y orégano molidos; este se agrega a la sopa cuando las carnes están tiernas. Se termina con hierbas aromáticas picadas como la hierbabuena, culantro y huacatay. Debe acompañarse con cancha y una salsa criolla de cebollas cortadas a pluma, con ají limo y hierbabuena, todo condimentado con sal y limón.

Por último tenemos los **aguaditos**, que son aquellas sopas que han incorporado el arroz como ingrediente básico. Durante el virreinato, si bien el arroz era un cereal que se cultivaba en la región costera, su uso estaba limitado a ciertas sopas y guisos. Su difusión generalizada se dio recién a partir de mediados del siglo XIX, con la influencia de los inmigrantes de origen chino procedentes de Cantón, que llegaron para laborar en la agricultura. Estos popularizaron el uso del arroz, que se extendió ampliamente a todos los sectores de la sociedad peruana.

El aguadito tiene un conjunto de ingredientes que fueron traídos al Perú por los europeos desde finales del siglo XVI. Si bien la propuesta tradicional es con carne de pato, también es posible elaborarlo con mariscos. En este último caso, se logra una inflexión de sabor distinta, pero de una sugerente riqueza de matices.

Su preparación comienza más como un guiso que como una sopa, porque no se parte de la elaboración del caldo, sino por la cocción de la carne. Para el aguadito de pato se doran las presas del ave hasta que la piel quede crujiente y luego se reservan. En la misma olla se sofríe cebolla picada, ajos y ajíes verdes molidos. A continuación se agrega una buena cantidad de culantro molido, haciéndose regresar las presas de pato a la olla y se añade chicha de jora y agua hasta cubrirlo todo. Se deja cocinar a fuego lento hasta que el pato esté tierno. En este momento se incorpora el arroz, un poco de arvejas, unas papas frescas cortadas en cubos y unos ajíes mirasol enteros previamente tostados. Apenas el arroz está cocido el aguadito está listo. La combinación del arroz con el culantro y el ají constituyen la esencia de esta sopa.

Una última sopa a considerar por su particularidad es la denominada **sopa seca**, de la costa sur medio. El centro de irradiación fue la actual ciudad de Chincha, donde la migración de italianos a la región a partir del último tercio del siglo XIX, terminó por dinamizar la culinaria local. Estos se establecieron principalmente en el distrito de Sunampe para dedicarse a la vitivinicultura. Difundieron el empleo de los fideos, en particular preparados como tallarines. Estos fueron rápidamente reinterpretados en versiones populares de sabor local, y así se generó la sopa seca, cuyo nombre tiene una connotación particular, ya que no es una sopa, sino un plato de fondo.

Para la sopa seca se hace hervir una gallina durante unas dos horas. Se corta el ave en trozos y se reserva el caldo. A continuación se sofríen en una olla de barro, ajos, cebollas picadas y comino machacado. Cuando esté apenas dorado, se agrega tomate picado, una buena cantidad de albahaca molida en aceite y achiote. Luego se agrega el caldo caliente de gallina y fideos tipo espagueti. Se cubre la olla y se deja cocer hasta que se haya evaporado todo el líquido y los fideos estén cocidos y crocantes. Se sirve con una presa de la gallina sancochada. La sopa seca tiene diversas variantes locales tales como la sopa bruta de Mala o la sopa chola de Cañete y valle adentro hasta Lunahuaná.

Usualmente no se sirve sola, sino acompañada de carapulca. Se trata de dos platillos distintos, cuyo origen ha sido recogido en las tradiciones populares que informan de su surgimiento a partir de una fiesta que siguió a un enlace matrimonial, donde los padrinos de los contrayentes —que eran originarios de distritos distintos— compitieron por agasajar a los invitados, cada uno con un plato diferente. El padrino proveniente de Grocio Prado ofreció la carapulca y el otro, que venía de Sunampe, hizo lo propio con la sopa seca. Esta competencia terminó con una amable convivencia de ambos —servidos lado a lado en el mismo plato— con texturas y sabores que se complementan de manera perfecta. Fue así que se generó un plato que simboliza la celebración y la fiesta popular.

Este recorrido por algunas sopas del Perú no ha agotado el tema que tiene infinidad de variaciones regionales y locales con texturas y toques de sabor que las hacen únicas. La riqueza gastronómica vinculada con las sopas es de gran importancia y, al mismo tiempo, son preparaciones culinarias que pocas veces nos detenemos a considerarlas como parte del patrimonio cultural inmaterial de la nación. Su valor reside en que son consumidas por todos los pobladores, con culturas y hábitats muy distintos entre sí. Sus propuestas de preparación han tenido un largo y complejo proceso de maduración que devino en un sincretismo gastronómico.

El desarrollo histórico y cultural de las tradiciones culinarias vinculadas con las sopas, entrelazadas estrechamente a lo largo de los siglos XVI al XVIII, generaron adaptaciones y fusiones que las han enriquecido y complejizado. Los conocimientos ancestrales y los granos y tubérculos del antiguo Perú se conjugaron con la lenta aculturación de insumos cultivados o criados, provenientes de Europa y África. En el siglo XIX algunas de ellas —en especial aquellas que se preparan en las regiones costeras— atesoraron algunos componentes y condimentos provenientes de la gastronomía asiática.

Los ingredientes cárnicos enaltecieron las sopas con las carnes frescas de res, carnero, cerdo y las versiones secas de charqui, conjuntamente con las tripas, cabezas y patas, que se integraron con sencillez al lado de aves de corral como gallinas y patos, sin dejar de lado la inmensa variedad de pescados, moluscos y crustáceos.

Los componentes autóctonos más importantes de las sopas fueron sin duda las papas, ya sea frescas o en forma de chuño, cortado en trozos o molido como harina. El segundo insumo significativo fue el maíz, que se emplea fresco, deshidratado

como mote, deshidratado y molido en forma de chochoca o tostado como cancha. Estos se conjugaron con cereales foráneos como el trigo, la cebada y, más tardíamente, el arroz. Las hierbas de olor se combinaron hasta lograr acariciarnos el paladar. Al lado de la muña, paico, chincho y huacatay, llegaron desde lejos y para quedarse, el perejil, culantro, ruda y la hierbabuena.

Las sopas nos permiten acercarnos a un mundo complejo en cuanto a diversidad de ingredientes y laboriosidad en las modalidades de preparación y consumo. Muchas de estas nos trasladan a días de fiesta y celebración o a momentos de duelo y reafirmación de la vida. Con frecuencia su elaboración requiere de un trabajo comunitario, con roles asignados por género y prestigio social. Estas ocasiones refuerzan los lazos de cohesión comunitaria, ampliando las fronteras de una convivencia diaria, no siempre llena de abundancia de alimentos y satisfacciones individuales y colectivas.

Es necesario que tomemos conciencia de la riqueza e importancia social, cultural y económica de nuestra gastronomía y en este caso concreto, del universo de las sopas. El Estado, a través del Ministerio de Cultura, debe trabajar en estrecha colaboración con los gobiernos regionales y locales para establecer los lineamientos para su conservación y tutela. Actualmente, frente al acelerado desarrollo de la gastronomía nacional que a momentos parece haberse transformado en una competencia por lograr innovaciones y fusiones ilimitadas, con una finalidad frecuentemente individualista, debemos aferrarnos a lo propio y defenderlo por su inherente significado y trascendencia cultural. La educación de la población es una herramienta que debemos perfeccionar y apoyar para que podamos consolidar este significativo acervo de la peruanidad.

Bibliografía

ANÓNIMO [un limeño mazamorrero] *Nuevo Manual de la cocina peruana*. Lima: E. Rosay, 1926.

ANÓNIMO. *Manual de cocina criolla*. Lima: Editorial Félix, 1937.

ANTÚNEZ DE MAYOLO, Santiago. *La nutrición en el Antiguo Perú*. Lima: Banco Central de Reserva del Perú, 1981.

ARONA, Juan de. *Diccionario de peruanismos*. Edición digitalizada disponible en Textos clásicos sobre la lexicografía del español en América (CD-ROM). Madrid: Fundación Histórica Tavera-Digibis, 1974.

AYANTE, Simón. *Lima por dentro y fuera: en consejos económicos, saludables, políticos y morales que da un amigo a otro con motivo de querer dexar la Ciudad de México por pasar a la de Lima: obra jocosa y divertida: en que con salados conceptos se describen además de otras cosas, las costumbres, usos y mañas de las madamitas de allí, de acá y de otras partes.* Lima: Tadeo López, 1838.

BRACK, Antonio. *Diccionario enciclopédico de plantas útiles del Perú*. Cusco: Centro Bartolomé de las Casas, 1998.

CARPIO, Juan. *Arequipa, sus fiestas y comida típica.* Arequipa: Club de Leones de Yanahuara-Umacollo, 1997.

CHRISTIANSEN, Jorge. *El cultivo de la papa en el Perú*. Lima: Talleres de Artes Gráficas de Editorial Jurídica, 1967.

COBO, Bernabé [1653]. *Historia del Nuevo Mundo*. Madrid: Biblioteca de Autores Españoles, 1964.

CORNEJO VELÁSQUEZ, Hernán. "El simbolismo de la comida arequipeña". *Investigaciones Sociales,* vol. 10, núm 17, pp. 41-65, 2006. https://doi.org/10.15381/is.v10i17.7047

FUENTES, Manuel Atanasio [1867]. *Lima. Apuntes históricos, descriptivos estadísticos y de costumbres.* Lima: Fondo del Libro del Banco Industrial del Perú, 1988.

GARCILASO DE LA VEGA, Inca [1609-1617]. *Comentarios Reales de los Incas.* Lima: Universidad Ricardo Palma, Biblioteca Nacional del Perú y Academia Peruana de la Lengua, 2009.

GONZÁLEZ DE HOLGUÍN, Diego [1608]. *Vocabulario de la lengua general de todo el Perú, llamada qichua o lengua del Inca*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1952.

GUAMÁN POMA DE AYALA, Felipe [1589-1615]. *El primer nueva corónica y buen gobierno*, 3 tomos. México: Siglo Veintiuno, 1980.

HERRERA Y GARMENDIA, Fortunato. *Catálogo alfabético de los nombres vulgares y científicos de plantas que existen en el Perú*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1939.

MAMANI, Mauricio. "El chuño: preparación, uso y almacenamiento". En Roger Ravines (comp.), *Tecnología Andina*. Lima: Instituto de Estudios Peruanos, pp. 227-238, 1978.

MURÚA, Martín de [1590]. *Historia del origen, y genealogía real de los Reyes Ingas* [sic] *del Piru, de sus hechos, costumbres, trajes y manera de gouierno*. Lima: Imprenta y Librería Sanmartí, 1922-1925.

OLIVAS, Rosario. *Cultura, Identidad y Cocina en el Perú*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 1993.

_____*La cocina en el virreinato del Perú*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 1996.

_____*La cocina de los Incas. Costumbres gastronómicas y técnicas culinarias*. Lima: Editorial Universidad de San Martín de Porres, 2001.

PALMA, Ricardo. *Papeletas lexicográficas. Dos mil setecientas voces que hacen falta en el diccionario*. Lima: Imprenta La Industria, 1903.

_____*Tradiciones Peruanas*. Lima: Librería Juan Mejía Baca, 1953.

PARDO Y ALIAGA, Felipe [1869]. *Frutos de la educación*. Lima: Librería Sanmartí, 1962.

POLO DE ONDEGARDO, Juan [1575]. *Informaciones acerca de la religión y gobierno de los Incas, seguidas de las Instrucciones de los Concilios de Lima*. Lima: Librería Sanmartí, 1916.

ROCA REY, Bernardo. *Enciclopedia Temática del Perú*. Tomo XVI. Lima: Editorial El Comercio, 2004.

TAURO DEL PINO, Alberto. *Enciclopedia ilustrada del Perú*. 17 tomos, Lima: Editorial El Comercio, 2001.

TERRALLA Y LANDA, Esteban de. *Lima por dentro y por fuera*. Lima: Imprenta de Justo Montoya, 1854.

URIARTE, Manuel [1767]. *Diario de un misionero de Maynas*. Lima: Instituto de Investigaciones de la Amazonia Peruana y Centro Amazónico de Antropología y Aplicación Práctica, 1986.

VILLAVICENCIO, Maritza (comp.). *Seminario Historia de la Cocina Peruana*. Lima: Editorial Universidad San Martín de Porres, 2007.

ZAPATA, Sergio. *Diccionario de Gastronomía Peruana Tradicional*. Lima: Editorial Universidad de San Martín de Porres, 2006.



LA QUINUA[1]

Sara Beatriz Guardia
Directora de la Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible.
Universidad de San Martín de Porres, Perú

> Las cien flores de la quinua que sembré en las cumbres hierven al sol en colores;
> en flor se han convertido la negra ala del cóndor y de las aves pequeñas.
> Es el mediodía; estoy junto a las montañas sagradas: la gran nieve con campos
> amarillos, con manchas rojizas, lanzan su luz a los cielos.
> José María Arguedas

La quinua, cuyo nombre científico es *Chenopodium quinoa*, fue domesticada según Max Uhle hace 5000 años a. C., en su lugar de origen, el lago Titicaca. "De hecho, los arqueólogos han identificado el grano en tumbas peruanas de más de dos mil años. Mayores averiguaciones indican que los incas promovieron su cultivo desde el norte de Colombia hasta el sur de Chile, de tal forma que cuando llegó Pizarro la quinua se cultivaba en todos los Andes"[2].

Se trata de un grano que, aunque no está clasificado como cereal, su alto contenido de almidón permite que se le utilice como tal. Crece en alturas superiores a los 4000 metros sobre el nivel del mar. Fue uno de los principales alimentos de los pueblos andinos prehispánicos considerada alimento sagrado y también empleada para uso medicinal. Según los cronistas, en las fiestas religiosas, la quinua se ofrecía al Sol en una fuente de oro, y cada año era el Inca quien se encargaba de iniciar la siembra en una importante ceremonia.

Garcilaso de la Vega cuenta que el matrimonio se realizaba en una ceremonia colectiva que tenía lugar anualmente. Los hombres debían de tener más de 24 años y las mujeres no menos de 18. Eran acontecimientos festejados con gran alegría, y el alimento que predominaba en las mesas era la quinua y la kiwicha, la primera daba resistencia y la segunda vigor.

---

[1] Sara Beatriz Guardia. *La quinua. Alimento de las culturas andinas.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013.

[2] Fernando Cabieses. "El valor de la quinua". Chasqui. Boletín Cultural No. 6, febrero 2005.

El cronista Bernabé Cobo escribe:

> "La quinua es una planta parecida a los bledos (…) Es la semilla que sufre más el frío de cuantas nacen en estas Indias, así de las naturales de acá como de las traídas de España; porque se da en tierras tan frías donde las más se hielan, hasta la cebada. Hay dos especie de quinua: una es blanca y otra colorada. La mejor de todas es la blanca, y esta comen los indios cocida como arroz y molida en poleadas; y también hace de su harina pan"[3].

Se calcula que su cultivo abasteció una población aproximada de 12 millones de habitantes antes de la llegada de los españoles. Existen evidencias de la antigüedad del cultivo de la quinua en representaciones arqueológicas en huacos, así como testimonios de su consumo en cerámica de la cultura Tiahuanaco, donde se representó a la planta con varias panojas distribuidas a lo largo del tallo, lo que mostraría a uno de los tipos más primitivos[4]. Según John Murra, la "quinua proporcionaba a los nativos sus cenizas, que sirven para hacer un ingrediente (llipta), apto para facilitar el goce de la coca; y sirven sus granos de base para una bebida, la "chicha de quinua"[5].

Conjuntamente con la papa y el maíz, la quinua fue uno de los alimentos más importantes de las sociedades prehispánicas andinas. Se la utilizaba en la preparación de sopas, chupes, guisos, pan, mazamorra, y fermentada para preparar chicha. Posteriormente, durante el virreinato, fue sustituida por otros productos y su consumo se circunscribió solo a la región andina.

Sin embargo, su valoración ha sido mayor en los últimos años debido a su gran poder alimenticio. Contiene proteínas y aminoácidos esenciales que el organismo no produce. La mayoría de sus grasas son monoinsaturadas y poliinsaturadas, y es un alimento rico en fibra con rangos que van desde los 2.49 y 5.31g/100 gr de materia seca. Se considera libre de gluten, y contiene casi todos los minerales: fósforo, calcio, hierro, potasio, magnesio, manganeso, zinc, litio y cobre. Su contenido de hierro es dos veces mayor que el del trigo, y tres veces más que el del arroz. Tiene 1,5 veces más calcio que el trigo, y vitaminas del complejo B, C y E[6].

[3] Bernabé Cobo. *Historia del Nuevo Mundo*. Primera Parte. Tomo LXXXXI. Madrid, 1956, p. 163.

[4] Ob. Cit., Cabieses. "El valor de la quinua", 2005.

[5] John V. Murra. *Formaciones económicas y políticas del mundo andino*. Lima, 1975, pp. 103-104.

[6] FAO, http://www.fao.org/quinua-2013/es/

Contiene 20 aminoácidos, incluyendo los 10 aminoácidos esenciales: fenilalanina isoleucina, lisina, metionina, treonina, triptófano, valina, arginina e histidina; cistina y tirosina. Además, proporciona proteínas, minerales, oligoelementos y vitaminas naturales: C, B1, B2, B3, ácido fólico, niacina, calcio, fierro y fósforo en porcentajes elevados. Ha sido considerada por la FAO y la OMS como un alimento único. Como se trata de un grano blando de fácil cocción es muy digestivo.

Existen diferentes tipos de quinua de acuerdo con su cultivo y ubicación geográfica: valles interandinos abrigados, zonas altas y frías por encima de los 4000 metros sobre el nivel del mar, zonas de las salinas, costa y en la ceja de selva. Hay quinua blanca, quinua negra y quinua roja; además de las variedades obtenidas durante el proceso de domesticación. "La planta crece hasta más o menos cuatro pies de altura y forma una masa densa de semillas en la punta. (...) Las cabezas de son de varios colores, rojo, rojizo, amarillo y blanco"[7].

Existen unas 3000 variedades de quinua en Perú, cifra que podría incrementarse debido al desarrollo genético de las semillas de acuerdo con las investigaciones realizadas por la Universidad Nacional Agraria La Molina. Las variedades de quinua se pueden clasificar en dulces y amargas. Siendo las dulces las de mayor precio. En el Perú, el departamento de Puno es el que tiene la mayor producción de quinua con aproximadamente el 82 % de la siembra; le siguen Junín, Arequipa, Cusco, Huancavelica, Ancash, Ayacucho y Apurímac.

Sin embargo, y pese a su importancia en la alimentación de los pobladores andinos, la quinua dejó de ser consumida durante el período colonial cuando fue reemplazada por el trigo y el arroz. La razón principal radicó en que fue considerada "alimento de indios", y también por el valor simbólico que tuvo en algunos rituales.

Tres siglos de olvido

Luego de varios siglos de olvido el boom de la quinua empezó en la década pasada en razón de su valor nutritivo y por la demanda de los mercados internacionales y países industrializados en búsqueda de alimentos sanos, sin elementos químicos y con proteínas. Cabría entonces preguntarse por qué un grano de tal excelencia nutritiva se mantuvo escondido durante tantos años. La respuesta está en el curso de nuestra historia.

[7] Orador Fuller Cook. *El Perú como centro de domesticación de plantas y animales*. Lima, 1937, p. 9.

La conformación del mundo prehispánico desde su poderoso vínculo con la naturaleza confrontó un violento choque con la llegada de los españoles. Fue de tal magnitud que, en sus *Comentarios Reales*, el Inca Garcilaso de la Vega, escribe: "pues estamos a la puerta de este gran laberinto, será bien (que) pasemos adelante a dar noticia de lo que en él había"[8]. Es en este laberinto donde se produjo el proceso de transformación y transculturación de las sociedades indígenas, y de manera particular de los alimentos.

Pero esta es también una historia de destrucción. En aras de consolidar la conquista se destruyó el sistema agrícola incaico. La tierra de propiedad comunal se privatizó sometiendo a los indígenas a un duro trabajo sin ninguna remuneración. Se destruyó el sistema de andenes o terrazas escalonadas, perfectamente construidas con muros de contención de piedra nivelados en la base con piedras y arena y llenados con tierra de cultivo regada a través de canales que traían agua de ríos, lagos y manantiales. Seiscientas mil hectáreas de andenes y miles de kilómetros de canales de regadío de un sistema agrícola totalmente destruido.

Esto produjo hambrunas y el número de habitantes se redujo drásticamente. Los canales de riego quedaron casi paralizados por falta de mantenimiento. Las terrazas y acueductos fueron abandonados. Algunas plantas se extinguieron, y la mayoría permaneció sin ninguna valoración por tratarse de "alimentos de indios". Uno de estos alimentos es la quinua, base de la dieta de millones de personas en la región andina, particularmente de los pueblos originarios que la han cultivado a lo largo de miles de años. Sin embargo, durante el período colonial e incluso en las primeras décadas de la República, la quinua no existe. Sigamos esta historia.

Durante la colonia, Lima fue residencia de cuarenta y tres virreyes, desde Blasco Núñez de Vela (1544-1546) hasta el general José de la Serna, que abandonó la capital en 1821. Las primeras recetas de cocina llegaron con las damas españolas, los conventos, y obras como el *Libro de Arte de Cocina* de Diego Granado (1599) y *Arte de Cocina, Pastelería, Bizcochería y Conservería*, de Francisco Martínez Montiño, Cocinero Mayor del Rey (1617). En perfecta combinación con nuestros productos, pronto fueron surgiendo nuevos platos que colmaron las mesas de sabrosos guisos, suculentos estofados de carne y exquisitos postres, muchos de los cuales se preparaban en conventos de clausura. El Convento de La Encarnación

[8] Inca Garcilaso de la Vega. *Comentarios Reales*. Caracas, 1976. Tomo I. Libro Primero, capítulo XV, p. 36.

era famoso por sus pastas de almendras, el de Santa Catalina por sus dulces y el de Santa Clara por los fréjoles Terranova. Allí se unían los sabores de deliciosas frutas como la guanábana, lúcuma, ciruela, chirimoya, higos y piña, entre otras, con el clavo de olor, anís, canela, ajonjolí, camote, yuca y harina de maíz.

Juan de Espinosa Medrano (1629-1688), conocido con el sobrenombre de "El Lunarejo", describe un festín en auto sacramental en quechua de su autoría titulado El hijo pródigo, donde podemos apreciar los platos más elaborados en el siglo XVII:

> "Que venga primero el asado con jugo picante, tengo hambre…, yo digo que vengan sopas y jugos, charqui, conchas y gelatina, maíz sancochado, y ensaladas, estofado, maíz dulce, y habas, carnes, legumbres, mazorcas, frijoles, cocidos, chicha, dulce, hongos, humitas, y porotos, palta, ensalada de chichis, papas y frutas seca, chicha de maní, amarilla y blanca"[9].

Entre los platos que más se consumían figura el sancochado, que proviene del puchero español, compuesto de carne de res, cordero y ave, acompañadas de jamón, embutidos, yuca, camote, col y garbanzos. También fueron populares la causa, preparada con papas amarillas, ají, queso fresco, palta y atún o pescado. La carapulca, elaborada con papa seca y maní tostado cocinados con carne sazonada con ají panca molido. La lahua, un espesado de harina de maíz hervida con carne de cerdo o pavo y sazonada con ají amarillo. El pepián, preparado con maíz y carne de cerdo. Además, una gran variedad de chupes[10]: chupes de camarones, pescado, de carnes y vegetales. Diversos tipos de ensaladas sazonadas con aceite de olivo. Varios platos preparados con pescados y mariscos, y aunque el popular ceviche ya empezaba a aparecer en las mesas, su prestigio es posterior.

Como vemos, la quinua era un alimento que no existía en Lima. Incluso el viajero italiano, Amasa Delano, escribe que en el "Perú el frijol y la quinua eran comunes antes de la Conquista; yo los he encontrado frecuentemente en las huacas, preservados en vasos de arcilla roja cocida"[11]. Es decir, pertenecía al pasado, circunscrita a los andes, a la antigua historia del Imperio vencido.

---

[9] Juan de Espinosa Medrano. *El hijo pródigo. Literatura Inca*. Traducción de F. Schwab de la traducción alemana de Ernst Middendorf. París: Desclée de Brouwer, 1938.

[10] Chupi, sopa en quechua.

[11] Amasa Delano. "Impresiones de Lima Virreinal en 1805 y 1806". *Relaciones de Viajeros*. Tomo XXVII. Volumen 1. Lima, 1971, p. 199.





◀ Foto: Heinz Plenge Pardo.

Agrega, el "sur y el este de Lima están cubiertos con jardines y huertos que ofrecen las más deliciosas frutas, tanto tropicales como equinocciales. Entre las frutas conocidas en los huertos europeos y producidas en Lima con gran profusión se encuentran diversas variedades de uva. (...) Los olivos crecen en gran abundancia y las aceitunas de calidad excelente (...) El aceite se hace en considerables cantidades, pero no es tan fino como el aceite francés o italiano. El primer olivo fue traído al Perú en el año 1560 por Don Antonio de Ribera, nativo de Lima"[12.]

El primer mestizaje culinario se produjo principalmente en Lima, capital del virreinato y asiento del poder español. Es aquí donde las fiestas tuvieron lugar en plazas y calles centrales alrededor de la Catedral, con asistencia de los principales de la ciudad. Cuando el virrey estaba en Lima ocupaba con su corte "un lugar destacado en estas fiestas y ceremoniales, tanto en las entradas del mismo virrey, como en las fiestas reales (proclamaciones de los reyes; lutos por los reyes difuntos; fiestas por el nacimiento, matrimonio o la defunción de un miembro de la familia real), las fiestas eclesiásticas y urbanas"[13].

Las primeras referencias de la gastronomía peruana aparecieron en el siglo XVIII. *El Mercurio Peruano*, uno de los más importantes medios culturales del Virreinato, publicó varios artículos sobre los primeros cultivos españoles que llegaron a Lima, y cómo se fueron incorporando los productos nativos, aunque con cierto recelo al comienzo. Pero la descripción más interesante de esta cocina la hicieron entre 1821 y 1827, distintos viajeros que llegaron a Lima procedentes de Inglaterra, Francia y Holanda[14].

Camille de Roquefeuil relata que en esa época Lima tenía una población de aproximadamente 80 000 personas, de las cuales apenas la vigésima parte eran españoles. "Miraflores tiene muchas casas de un agradable y cuidado exterior; la costa, que está más o menos a media legua de distancia, forma un barranco de ciento cincuenta pies de altura, compuesto de una inmensa cantidad de guijarros y

[12] Ibídem, p. 181.

[13] Christian Büschges. "La Corte Virreinal en la América Hispánica durante la Epoca Colonial (Periodo Habsburgo)". *Actas Congresso Internacional de la Associaçao de Historiadores Latinoamericanistas Europeus*, Porto, 2001, p.14.

[14] Entre otros, llegaron al Perú en el siglo XIX los siguientes viajeros: Amasa Delano (1805-1806); David Porter (1812-1814); Samuel Burr Johnston (1810-1814); Camille de Roquefeuil (1817); Vasili Mickhailovicht Golovnin (1815-1818); Alexander Caldcleugh (1821); Gabriel Lafond de Lurcy (1822); Robert Proctor (1823-1824); Renee P. Lesson (1823); Thomas H. Bennet (1821-1823); Hiram Paulding (1824); Thomas Sutcliffe (1813-1824); Samuel Haigh (1825-1826); C. Van Dockum (1825); William Bennet Stevenson (1812).

de una escasa porción de tierra ligera y arenosa. (...) Desde el borde del barranco, la vista domina una vasta extensión del mar, cuya superficie siempre tranquila, se confunde, a lo lejos, con el horizonte…"[15].

Samuel Haigh describe admirado la belleza de Lima, "sus magníficas iglesias llenas de oro y plata, la vida lujosa y espléndida que llevan sus habitantes; las pomposas procesiones, concurridos teatros y corridas de toros, sus mujeres bellas y seductoras, sus limoneros y naranjos cargados de frutas deliciosas y azahares fragantes; la abundancia de los alrededores; en suma, el mismo nombre asociado a todo lo rico, voluptuoso y alegre; baste decir que Lima era la reina de las ciudades sudamericanas, orgullo del hemisferio occidental, donde el virrey sobrepasaba en boato a los monarcas europeos, donde los comerciantes eran célebres por su opulencia, donde las ciencias y artes y el comercio florecían". Pero, en 1827, encuentra una ciudad devastada por la prolongada guerra civil: "El nuevo gobierno en bancarrota y necesitado, los comerciantes insolventes, desaparecida la confianza, los templos despojados, vendidos los adornos de los habitantes, gente que vivía en palacios, reducida a pobreza absoluta"[16].

Sin embargo, el viajero holandés C. Van Dockum se refiere en el mismo período a fiestas fastuosas como la ofrecida por un acaudalado personaje en 1825, en honor de Simón Bolívar, cuya opulencia maravilló a sus invitados, y más aún cuando se abrieron las puertas del comedor y apareció una "espléndida y vasta mesa que se doblaba bajo el peso de suntuosas vajillas de plata y que estaba cubierta no de blancos manteles sino de soberbio paño de púrpura"[17]. Mientras que otras crónicas describen concurridas fiestas populares donde la gente comía platos sazonados con ají y maíz desgranado y cocido o tostado, bebían chicha de maíz fermentado.

Lo que más le llamó la atención a Stevenson, en 1825, fue el espectáculo que ofrecía el mercado limeño a las 5 de la mañana. Es uno de los lujos más grandes que la vista puede disfrutar, escribe ante la excelencia de las carnes de res, carnero y cerdo, "y toda clase de carnes saladas y secadas traídas principalmente del interior; éstas son el *charque*, la *cecina*, carne salada y ahumada o secada al sol; jamones, tocino y cabrito helado de la cordillera, cuyo alimento es el más delicado; hay igualmente muchas clases de pescado: pescado salado, principalmente bacalao de

---

[15] Camille De Roquefeuil. "Lima y Callao en 1817". *Relaciones de viajeros*. Ob. Cit., 1971, p. 138.

[16] Samuel Haigh. "Bosquejo del Perú entre 1826 y 1827". *Relaciones de viajeros*. Ob. Cit., 1971.

[17] C. Van Dockum. *Relaciones de viajeros*. Lima, 1971, p. 70.

Europa, tollo, congrio, (...) gran abundancia de corvina, jureles, macarel, chita, platija, rodaballo, pejerrey, lisa, anchoveta, etc. (...) y los más excelentes camarones de los ríos, algunos de los cuales tienen más de seis o siete pulgadas de largo”[18].

Antonio Raimondi, en su obra *El Perú. Itinerarios de viajes*, que data de 1865, se refiere a la importante producción de aceitunas y de aceite de oliva en la costa sur peruana[19]. Ya para entonces existían buenos e importantes restaurantes. Según testimonia Radiguet, en 1841 funcionaba la fonda del francés M. Maury, que algunos años después se convirtió en el Hotel Maury, reputado por la calidad de su cocina. En 1848, Aurelio Layet abrió un restaurante en la plazuela El Teatro y, en 1872, se inauguró el restaurante de la “Exposición”. Es también en este período que aparecen los primeros cronistas gastronómicos[20].

Crónicas gastronómicas

Manuel Atanasio Fuentes fue un destacado periodista y escritor que publicó artículos en varios de los periódicos y revistas de entonces con el seudónimo de “El Murciélago”. En 1867 apareció su libro, *Lima: Apuntes históricos, descriptivos, estadísticos y de costumbres gastronómicas*[21], en el que se consignan por primera vez una importante lista de guisos nacionales como el puchero. Menciona también los chupes, carapulca, locro, quinua, chicharrones y tamal. También al chupe, como una de las sopas preferidas, y dice que se compone de “papas cocidas en agua o en leche, a las cuales se agregan camarones, pescado frito, huevos, queso, manteca y sal; el chupe necesita cierto no sé qué, que sólo sabe darle el cocinero de Lima”. Nos dice que el ceviche se prepara con pedazos menudos de pescado o camarones con zumo de naranjas agrias, mucho ají y sal. Y, para el desayuno de los domingos, aconseja chicharrón, que es la carne de cerdo frita en su propia grasa, y tamales preparados de maíz aderezado con maní, ají, carne de cerdo, u cocinados envueltos en hojas verdes de plátano.

Otro destacado escritor y poeta del siglo XIX fue Federico Flores y Galindo, que publicó artículos sobre la cocina criolla con el seudónimo de “Dalmiro” y un libro de poemas titulado *Salpicón de Costumbres Nacionales*, en 1872. Señala a la sopa

[18] William Bennet Stevenson. “Memorias sobre las campañas de San Martín y Cochrane en el Perú”. *Relación de viajeros*. Lima, 1971, p. 128.

[19] Antonio Raimondi. *El Perú. Itinerarios de viajes*. Lima, 1929.

[20] Max Radiguet. *Lima y la sociedad peruana* (1856) Lima, 1971.

[21] Manuel Atanasio Fuentes. *Lima, apuntes históricos, descriptivos, estadísticos y de costumbres* (1867). Lima, 1988.

teóloga como uno los platos más populares de la costa norte peruana, cuya receta proviene de los conventos. Destaca la afición de los limeños por los dulces en varios poemas como el dedicado al Zango: Salpicando las pasas en su seno,/ Y se convierte al fin en pasta seca/ saliendo el postre sustancioso y bueno;/Henchida del perol la parte hueca,/El zango hierve, en el fogón sereno:/ Lanzando, sin cesar, a la distancia,/Del dulce la suavísima fragancia.

El cronista Carlos Prince escribe en 1890 que el ceviche es uno de los platos favoritos, y consigna la receta del pescado cortado en pedazos y macerado con zumo de naranjas agrias, ají y sal. Como vemos, en estas crónicas gastronómicas no figura la quinua en ningún tipo de preparación. Ausencia que confirma el libro de la escritora argentina Juana Manuela Gorriti, *Cocina ecléctica* (1891) con recetas de varios países de América Latina. Las recetas que figuran del Perú son[22]:

Ensalada de remolachas. Sor Carmen de la Portilla. Convento de Jesús María (Lima).
Ensalada de paltas. Mercedes Cabello de Carbonera (Moquegua).
Tomates a la abadesa. Sor María del Socorro. Nazarenas de Lima.
Sopa teóloga. Clorinda Matto de Turner (Cusco).
Sopa de abril. Nieves Bustamante (Arequipa).
Salsa picante de queso. Juana Manuela Lazo de Eléspuru (Lima).
Aceituna rellena. Mercedes Cabello de Carbonera (Moquegua).
Empanada de fiambre. Jesus Bustamante (Arequipa).
Huevos hilados. María Álvarez (Lima).
Lomito criollo. Rosa Mercedes Siglos de Orbegozo (Lima).
Estofado de corbina. Mercedes Cabello (Lima).
Pescado frito a la limeña. Francisca Herrera
Pato a la limeña. Josefina Bustamante de la Puente (Lima).
Estofado arequipeño. Beatriz Llosa (Arequipa).
Chancho enrollado. Petronila Sologuren (Tacna).
Pepían de choclo. Francisca Herrera (Lima).
Frejoles o porotos a la limeña. Zoila de vivero (Lima).
Lomito criollo. Rosa M. Riglos de Orbegoso (Lima).
Pachamanca. Cristina Román de Palma (Lima).
Migas. Teresa González de Fanning (Lima).
Helado de café. Mercedes Cabello de Carbonera (Lima)
Helado de sangría. Mercedes Cabello de Carbonera (Moquegua).

[22] Juana Manuela Gorriti. *Cocina ecléctica*. Buenos Aires: Aguilar, 1999.

Budín a la condesa. Rosa Mercedes Siglos de Orbegozo (Lima).
Leche nevada. Mercedes Eléspuru (Lima).
Ante. Juana Rosa Amézaga (Lima)
Gelatina a la romana. Atilia Güemes (Tarma)
Mazamorra morada. Mercedes Canseco de Irigoyen (Lima).
Chicha de jora. Mercedes Cabello de Carbonera (Moquegua).
Chicha de jora. Clorinda Matto de Turner (Cusco).
Chicha morada. Francisca Herrera (Lima).
El chocolate. Sor Carmen de la Portilla. Convento de Jesús María (Lima).

Ricardo Alcalde Mongrut escribió sus crónicas limeñas y gastronómicas con el seudónimo de "Compadre Guisao", que se publicaron en 1981, de manera póstuma. Se trata de una estupenda recopilación de recetas y de artículos de la cocina fundamentalmente limeña y de la costa en diálogos donde se imita el habla popular para referirse a diferentes platos de la cocina peruana. El ceviche ocupa ya un lugar de preferencia en el libro Alcalde Mongrut.

El escritor costumbrista Adán Felipe Mejía, conocido como "El Corregidor", es el fundador de la crónica gastronómica peruana. Escribió entre 1946 y 1947 en el diario *La Prensa*, crónicas culinarias en su columna titulada: "Ayer y Hoy". En su libro *Cocina Peruana*, proporciona una importante información de la cocina de entonces en poemas dedicados a diferentes preparaciones y productos.

La quinua por primera vez en un recetario

De esos años data un importante recetario de la cocina peruana, *Cocina y repostería* cuya 21ª edición apareció en 1949, aunque se ignora cuándo se publicó la primera versión. Tampoco se conoce mucho de su autora, Francisca Baylon. Solo está consignado en la primera del libro: "Viandas típicamente limeñas y de origen europeo, peruanizadas por la negra: Francisca Baylon, quien desde hace 44 años viene probando y perfeccionando las recetas de este libro a fin de que las amas de casa que lo consulten, puedan obtener de él, viandas exquisitas y económicas que han de ayudarles en el diario menú familiar y muy especialmente a salir airosas cuando les toque ser anfitrionas"[23]. En este libro aparecen por primera vez dos recetas dedicadas a la quinua: quinua con chancho y quinua atamalada[24].

[23] Francisca Baylon. *Cocina y repostería*. Lima, 1949, p. 3.

[24] Ibídem, pp. 320 y 325.

Otro cronista gastronómico importante, el periodista Federico More publicó en la década de 1950 una serie de crónicas en el diario *El Comercio*. En la titulada "Sabrosa Cocina Peruana", del 30 de abril de 1953, dice que es "natural que nuestra cocina sea, si no la más sabrosa, una de las más sabrosas del mundo. Para cocinar contamos con todo: carnes y verduras de toda clase. Nuestras faunas y nuestras floras son poco menos que inagotables. Tenemos pescado de río, pescado de mar y pescado lacustre. Tenemos frutas como la chirimoya, con olor a boca de niña. En materia de plátanos contamos con una variedad que asusta. En cuanto a tubérculos, no citemos sino a tres: la papa, el olluco y la oca. Prescindamos del chuño. No hablemos de la tunta o chuño blanco que, hervido con leche y con queso tierno es uno de los platos más originales y gustosos del mundo", y continúa así con una detallada y amena descripción de productos y preparaciones de la cocina peruana donde tampoco figura la quinua.

En la década del setenta, la quinua continuó figurando solo en la alimentación de las familias campesinas de la región andina. El destacado antropólogo William P. Mitchell, que vivió con una familia en Puquio, Ayacucho, ofrece el siguiente relato:

"La gente se despierta antes del amanecer y desayuna con pan de trigo y con una bebida caliente que puede ser de hierbas. (…) Al mediodía, almuerza: una sopa de mote, de cebada (morón), de trigo o de menestras con quinua. Generalmente, se le agrega pequeñas cantidades de manteca, cordero, carne de res, papas, verduras o fideos. (…) A las cinco de la tarde, se sirve una sopa[25].

En 1994, aparecieron dos importantes libros: *El Perú y sus manjares. Un crisol de culturas,* de Josie Sison Porras de De la Guerra, y *La gran cocina peruana* de Jorge Stanbury, en ambos figuraron recetas de quinua. Así como en ¿Qué cocinaré?, (1995) de la empresa Nicolini. En 1996, Mariano Valderrama, publicó *El libro de oro de las comidas peruanas,* excelente recorrido por la cocina de diferentes regiones del Perú. Sara Beatriz Guardia consignó recetas de quinua en su libro *Una fiesta del sabor. El Perú y sus comidas* (2000). Lo mismo que Tony Custer en *El arte de la cocina peruana*. En el 2003, Cucho La Rosa, incluyó también recetas de quinua en *La cocina peruana de Don Cucho*. Así como también en los libros editados por El Comercio, en *La cocina de Gastón Acurio*.

[25] William P. Mitchell. *Voices from the Global Margin: Confronting Poverty and Inventing New Lives in the Andes*. Texas, 2006, p. 35.

Pero es a partir del 2005 que la quinua empezó a figurar de manera más constante, y posteriormente la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró el 2013 como "Año Internacional de la Quinua", en reconocimiento a los pueblos andinos que supieron cultivarla y preservarla como alimento para las generaciones presentes y futuras. También como respuesta al desafío de elevar la producción de alimentos de calidad en un contexto de cambio climático, donde la quinua aparece como una alternativa importante para los países que sufren de inseguridad alimentaria.

Bibliografía

ANTÚNEZ DE MAYOLO, Santiago. *Nutrición en el antiguo Perú*. Lima: Fondo Editorial del Banco Central de Reserva del Perú, 1985.

BAYLON, Francisca. *Cocina y repostería*. 21.ª Edición. Lima: Field Ediciones, 1949.

BENNET STEVENSON, William. "Memorias sobre las campañas de San Martín y Cochrane en el Perú". *Relaciones de viajeros*. Colección Documental de la Independencia del Perú. Tomo XXVII, Volumen 3. Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, 1971.

BÜSCHGES, Christian. "La Corte Virreinal en la América Hispánica durante la Epoca Colonial (Periodo Habsburgo)". Actas do XII Congresso Internacional de la Associaçao de Historiadores Latinoamericanistas Europeus (Porto, 21 - 25 de setembro 1999). Porto 2001.

CABIESES, Fernando. "El valor de la quinua". *Chasqui. El Correo del Perú*. Boletín Cultural del Ministerio de Relaciones Exteriores. Año 3, num. 6, pp. 8-9, 2005.

COBO, Bernabé. *Historia del Nuevo Mundo*. Primera Parte. Tomo LXXXXI. Madrid, 1956.

COOK, Orador Fuller. *El Perú como centro de domesticación de plantas y animales*. Lima: Imprenta del Museo Nacional, 1937.

DELANO, Amasa. "Impresiones de Lima Virreinal en 1805 y 1806". *Relaciones de viajeros*. Colección Documental de la Independencia del Perú. Tomo XXVII. Volumen 1. Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, 1971.

ROQUEFEUIL, Camille de. "Lima y Callao en 1817". *Relaciones de viajeros*. Colección Documental de la Independencia del Perú. Tomo XXVII. Volumen 1. Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, 1971.

ESPINOSA MEDRANO, Juan de. *El hijo pródigo. Literatura Inca*. Traducción de F. Schwab de la traducción alemana de Ernst Middendorf. París: Desclée de Brouwer, 1938.

FUENTES, Manuel Atanasio. *Lima, apuntes históricos, descriptivos, estadísticos y de costumbres* (1867). Lima: Banco Industrial del Perú, 1988.

GARCILASO DE LA VEGA, Inca. *Comentarios Reales*. Prólogo: Aurelio Miró Quesada. Caracas: Biblioteca Ayacucho, 1976.

GORRITI, Juana Manuela. *Cocina ecléctica*. Buenos Aires: Aguilar, 1999.

GUARDIA, Sara Beatriz. *La flor morada de los Andes*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2004.

GUARDIA, Sara Beatriz. *La quinua. Alimento de las culturas andinas*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013.

HAIGH, Samuel. "Bosquejo del Perú entre 1826 y 1827". *Relaciones de viajeros*. Colección Documental de la Independencia del Perú. Tomo XXVII. Volumen 1. Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, 1971.

MITCHELL, William P. *Voices from the Global Margin: Confronting Poverty and Inventing New Lives in the Andes*. Austin: University of Texas Press, 2006.

MORE, Federico. "Sabrosa Cocina Peruana". *El Comercio*. Lima, 30 de abril de 1953.

MURRA, John V. *Formaciones económicas y políticas del mundo andino*. Lima: Instituto de Estudios Peruanos, 1975.

RADIGUET, Max. *Lima y la sociedad peruana* (1856) Lima: Biblioteca Nacional del Perú, 1971.

RAIMONDI, Antonio. *El Perú. Itinerarios de viajes* (Versión literal de las libretas originales) Lima: Imprenta Torres Aguirre, 1929.

VAN DOCKUM, C. *Relaciones de viajeros*. Colección Documental de la Independencia del Perú, Tomo XXVII, Volumen 3. Estuardo Núñez (Estudio preliminar y compilación). Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, 1971.



DOS ELEMENTOS TRADICIONALES DE NUESTRA COCINA

Humberto Rodríguez Pastor
Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

1) Rocoto de huerto, cercano a la mano, a la cocina y a nuevos ajiceros

Desde tiempos pretéritos tener un huerto en la parte trasera de las casas serranas —aunque también costeñas o selváticas— era obligado dentro de la concepción arquitectónica pre y poshispánica, pues, entre otros atractivos, cumplía un rol importante dentro del orden culinario casero; quien cocina en un hogar serrano encuentra fácilmente algunos de los ingredientes que requiere, solo tiene que sacarlos del huerto sin tener que ir a buscarlos ni al mercado ni a la tienda más cercana. Esta fácil y cómoda accesibilidad tiene una larga historia y es más conocida la de tiempos recientes —en tanto aún existe con intensidad— que la de los siglos prehispánicos.

Huertos prehispánicos

En los períodos preinca e inca la gente del común que residía en pueblos y poblados mayores en los Andes, tenía su huerta que en quechua se denominaba *yuyochacara* y también su jardín *o muya*; en la primera se sembraba hortalizas y en el segundo flores. Ahora bien, el *yuyocamayoc* (hortelano) "se dedicaba al cultivo de más de 30 especies de yuyos u hortalizas (que) eran plantas herbáceas (…) que proporcionaban (…) hojas verdes (…) para la alimentación; (de su parte) el *muyucamayoc* (jardinero), se dedicaba al cultivo de una gran variedad de flores o *ticca* o *huayta*, en los jardines o *muya*" (Hurtado Fuertes, 1977: 852-863).

Este mismo autor señala, usando palabras de Guamán Poma de Ayala, que también el Inca y "los principales de este reino" tenían sus *yuyochacras* y sus *muyas* donde, además de recrearse, sembraban "verduras, yuyos, flores y otras especies para tenerlas a mano". A pesar de que no se precisa, es difícil pensar que no hubiera sembríos de rocoto en esos huertos del pasado.

Fray Martín de Murúa indica que en las huertas había muchísimas hortalizas y arboleda:

> (…) con grandísima cantidad de pájaros, como son garsas (*sic*) blancas y pardas, papagayos, mochuelos (búho), pitos, ruiseñores, codornices, guacamayos, jilgueros, tórtolas, patos, palomas, águilas, halcones, conejos, raposas (zorros), con las cuales tenían grandísimas recreaciones; y demás de esto tenían muchos géneros de animales amansados desde chiquitos, y entre ellos leones muy mansos, que se ponían a comer con la gente, los cuales eran de gran gusto[1].

La información que reúne a continuación Hurtado Fuertes, más que a los huertos inmediatos en los hogares, se refiere a otro tipo de huertos donde se hacían experimentaciones agrícolas, no de plantas mayores sino de hortalizas como papa, maíz, llacón (o yacón), etc., las que siempre han requerido suelos de una profundidad mayor de 30 cm[2].

Es de mucha importancia considerar la función principal que cumplían los huertos prehispánicos: "sembrío de hortalizas para tenerlas a mano"; ese mismo requerimiento ha facilitado que se continúe hasta la actualidad con el patrón arquitectónico de colocar huertos en la parte trasera de las viviendas. Se debe añadir que los patrones de vivienda españoles que se impusieron en costa y sierra también incluían jardines y huertos interiores.

Un huerto grande ancashino

A partir de varias descripciones de los planos de casas actuales podemos llegar a sus huertos y enterarnos de los sembríos que acogen. La primera corresponde a Fernando Britto[3], quien nos describe el hogar de su niñez en el distrito y provincia de San Luis, en la actual región de Áncash. Es una descripción bastante pormenorizada, con énfasis en las remembranzas; sin embargo, hay que tener en cuenta que se trataba de un terreno bastante amplio, destinado a cultivos que por lo general son de huertos más pequeños.

Cómo no considerar que con esos productos alimenticios de huerta, tan bien conocidos por las potencialidades que ofrecen en la gastronomía, quienes cocinaban en el hogar de Fernando Britto hacían manjares deliciosos que seguramente aún no se han perdido. Cómo no tener en cuenta, al mismo tiempo, que el rocoto cumplía

---

[1] Fray Martín de Murua. *La Historia General del Perú*

[2] Moray, cerca a Maras en la provincia de Urubamba, Cusco, es una andenería que los Incas utilizaron como centro agrícola experimental.

[3] La versión íntegra de Fernando Britto puede leerse en Rodríguez Pastor : 2016, 309.

y ayudaba en la misión de ser generosos con parientes y vecinos. En palabras de Britto: "con la abundancia de las plantas había suficiente rocoto para la familia, los vecinos y los amigos". Cómo no percibir la vinculación intimista que descubrió entre su abuelo y las plantas de rocoto: "de todos los cultivos de la huerta, la preferida del abuelo era el plantío de rocotos". Conviene ver, por último, que el ambiente rocotero de ese hogar hacía inevitable que las siguientes generaciones fuesen también asiduas consumidoras.

Un huerto más en Cuspón, Bolognesi (Áncash)

Este es un segundo caso[4] en el que interesan los detalles en los sembríos y el a veces silencioso conocimiento de técnicas por parte de los campesinos de esta comunidad de Cuspón, como en todas las del territorio del país. Me parecen importantes estas palabras: "le ofrecen (a los sembríos del huerto, incluyendo la planta de rocoto) palabras cariñosas y trato afectivo a cada rama y hoja, cual si se tratase de un niño", pues dentro de la tradición andina también las plantas tienen vida, y escuchan y sienten, y tienen sentimientos, y se alegran o entristecen, y todo esto determina si esa planta se ofrecerá en la plenitud de sus mejores ofrendas o las esconderá para quien la trate mejor. No es extraño que las familias con huerta se refieran al buen sabor o al mal sabor del rocoto, pues lo atribuyen a la manera en que ha sido cuidado. Y hay culpabilidades y propósitos de enmienda.

Huerto-jardín en una casa arequipeña

Un caso similar, de dimensiones menores si solo consideramos el tamaño del huerto, es el que nos ofrece Hernán Cornejo[5]. Mas con la intención de ubicar a esta familia dentro de la afición rocotera de los arequipeños[6], consideremos la opinión autorizada de Federico More quien, sin ser mistiano, vivió algunos años en Arequipa, donde amó sus comidas y sus picanterías a las que nunca olvidó: "La Roma, la Meca, la Ciudad Sagrada del ají es Arequipa" y previamente asegura que: "El ají es el rey de la cocina desde Arequipa hasta Potosí. Y, entre las diversas

---

[4] La versión íntegra de Filomeno Zubieta puede leerse en Rodríguez Pastor 2014: 159.

[5] La versión íntegra de Hernán Cornejo puede leerse Rodríguez Pastor 2016, 137

[6] En Characato, Arequipa, nos dijeron que lo tradicional es tener rocoto en las huertas, lo que hoy en día se mantiene vigente. En Puquio, Lucanas, Ayacucho, nos aseguraron que igualmente es tradición el rocoto en los huertos caseros, y como quien nos informaba tenía su restaurante precisaba que lo que ponía en la mesa lo compraba en el mercado.

formas del ají, sobresale el rocoto arequipeño" (More, 1954). Así que no extraña que Hernán Cornejo nos comente: "En casa siempre lo comíamos, a todos mis tíos les gustaba y no había comida sin un rocoto entero en la mesa". Y agrega algo notable: "los rocotos varían según el picor, no por el tamaño". Dice que en su tierra hay varias clases de rocotos: el que sirve para hacer rocoto relleno (más grande y menos picante), hay otro que es para la cocina y que parece pimiento, ya que no pica demasiado, es el que se macera y se muele, y sirve para exquisiteces como la ocopa arequipeña; pero para comer y sazonar las comidas, las sopas, los segundos, hay un rocoto de huerta que es altamente picante.

Un uso permanente resaltado por Cornejo son los vegetales de la huerta como remedio inmediato; y al igual que Britto hace notar que el rocoto participaba en las buenas relaciones vecinales o familiares. De esta manera, ninguno deja dudas de que en sus mundillos familiares era inevitable terminar siendo aficionado al consumo de rocoto.

Otro testimonio, igualmente en una familia arequipeña, nos coloca en una dimensión diferente:

> Mi tío antes tenía plantas de rocoto en su jardín, muchas que daban frutos muy buenos, pero un día al jardín entró el perro y escarbó debajo del tallo y sacó al aire la raíz de la planta y, entonces, las plantas se marchitaron y murieron todas. Desde aquel día no crece rocoto en ese jardín y si aparecen no crecen y si crecen solo es hasta cierta altura y luego se marchitan y mueren. Mi tío dice que la planta quedó resentida por no cuidarla como debía ser: una plantita es como un hijo, si no la cuidas se muere y si no le echas agua te maldice.

El personaje de esta anécdota le da características humanas a las plantas del rocoto de huerta: son vengativas, por haber sido maltratadas no crecen y si crecen no dan frutos y si no les echas agua te maldicen. Esta humanización malévola se escucha en otros lugares; pero también se dice lo contrario, el rocoto puede ser generoso y dar buen picor si es bien tratado.

Esta presencia cercana del rocoto en el hogar no ocurre solo con los arequipeños, en Cusco las personas que son adictas a consumirlo, especialmente el de huerta *(wirta ruqutu)*, lo conocen como el más picante a pesar de ser pequeño en tamaño. A ese rocoto lo nombran como:

Rocoto campana
entra picando
sale repicando.

Huerto chico en pueblo chico ancashino

De Áncash tenemos el testimonio de Vanesa Velásquez, una exestudiante de Nutrición de San Marcos. Su experiencia ocurre en Los Cedros, en el callejón de Conchucos. Algo central que interesa captar es la estrecha vinculación entre el rocoto y las actividades cotidianas de las familias que hemos tomado como ejemplo. Igual debe suceder en muchísimas otras en toda nuestra serranía y seguramente también en hogares de nuestra selva amazónica, donde nadie siembra ajíes, brotan solos; donde no hay vianda que lleve como ingrediente ají, el picante se lo coloca cada comensal en la medida de las dimensiones de su amor por el "fuego".

Huertos en hogares selváticos

No hemos logrado gran información sobre huertos o jardines interiores (la denominación para uno u otro depende de sus dimensiones) en hogares de ciudades de la selva amazónica, pero los hay y son frecuentes; en ellos no faltan el ají charapita, el ají dulce y el pipí de mono, que son los que con más facilidad brotan en tierras de la selva alta y baja.

La versión de una familia tarapotina facilita conocer algo más sobre la existencia de los huertos y su situación actual:

> La señora Dolly Bartra, ama de casa de 45 años, que vive en Tarapoto, nos comenta: "Tarapoto ya no es como antes, que tenía huertas grandes, la gente tenía frutas, verduras, ají siempre se tenía a la mano. Ahora puro cemento hay por todas partes, todos los terrenos están dividiendo entre los hijos, también lo venden, ahora Tarapoto, ya es una ciudad. Todo compran ahora, casi nadie siembra, solo en algunas casas se puede ver arbolitos de ají"[7].

En el Perú se viven tiempos en los que la población rural disminuye y aumenta de manera considerable la población urbana, ha surgido un nuevo tipo de vivienda —surgimiento que no es reciente y que es válido para todas las regiones, ciudades

[7] La versión íntegra de Herlinda del Águila puede leerse en Rodríguez Pastor 2014: 179

y pueblos—, con casas o departamentos familiares sin huertos y, si hay jardines, su destino es principalmente para sembrar flores.

Como se ha dicho, la principal forma de abastecimiento de ají en la selva es secular: tomarlo del lugar en el que ha crecido espontáneamente. Con frecuencia surgen plantitas cerca de donde residen grupos de personas residiendo, cualquiera sea su condición étnica-social-cultural, debido a que la gente come los ajíes y al defecar arroja las semillas que, con un poco de lluvia y sin ningún otro cuidado, reaparecen en plantas cuyos frutos nuevamente serán utilizados como condimento de los platillos. Quizás también ayudan en esta difusión natural y hasta en cambios en las variedades de ajíes los animales que viven de ellos: aves o insectos, llevando las semillas o trasladando el polen a otros lugares. Las mujeres de los grupos tribales —retomando la vieja hipótesis de que ellas, en las cercanías de sus casas iniciaron la domesticación consciente de ciertas plantas mientras esperaban que volviera la pareja con la pieza cazada— siembran ajíes para después cosecharlos, en lugares que saben que no serán utilizados para defecar u orinar.

Formación de nuevas generaciones de ajiceros

Por lo que se ha leído en los párrafos anteriores se percibe que las nuevas generaciones de consumidores de ají casi siempre tienen un entorno inmediato familiar que los conduce muy naturalmente a probarlo y luego a consumirlo regularmente. Esto es endoculturarse o socializarse culinaria y gastronómicamente en un tipo de saborizador fuerte. Si no te educas desde niño en el ají, es difícil que, ya mayor, te acostumbres a su sabor intenso. De toda una nueva generación de niños en un mismo hogar no todos terminan siendo rocoteros o ajiceros. Es que hay propensiones individuales que se desarrollan siempre que encuentren el entorno conveniente.

Hay casos de precocidad ajicera como el de Paula Benites[8], quien a los tres meses probó ají y no lloró. Además de que su abuelo fue un rocotero notable, creció al lado de su abuela por la índole del trabajo de sus padres (ingenieros mineros). Ella le cocinaba y le ponía ají a sus comidas; ahora Benites es una *habitúe* cotidiana de cualquier *Capsicum* y sabe distinguir aroma y sabor de las variedades. Cuando viaja y sabe que no tendrá ají a la mano, toma sus precauciones.

[8] La contribución de Paula Benites puede leerse en Rodríguez Pastor 2014: 101

En el Perú y quizás en el mundo, la transmisión de la cultura culinaria se da principalmente en los hogares, lo que allí ocurre y lo que ellos ofrecen. En nuestras casas asimilamos, sobre todo en nuestros primeros años de vida, la lengua materna, las creencias religiosas, las formas de trato entre familiares y todo lo demás; a esto se le llama la herencia social. Y eso sucede desde muy temprano, ya que nuestros sentidos (ojos y oídos) funcionan mucho antes de nuestro nacimiento. Al nacer se abre todo un universo del que hay que aprender y del que siempre se está aprendiendo.

Dentro de esa transmisión de todo un mundo culinario-gastronómico que ocurre de manera silenciosa y del que se hereda multitud de reglas, normas y parámetros, está en tierras andinas el amor por el sabor, el aroma y el picor del *Capsicum*; sin descartar el afecto a sembrarlo, darle cuidados, verlo crecer y percibir los resultados.

Como en muchas sociedades, también en la nuestra hay formas diferentes de endoculturación de acuerdo al género. En sociedades patriarcales como la peruana, las personas de sexo femenino "nacen" para ser cocineras, por eso al lado de las madres o de otra mujer aprenden las virtudes de los ajíes y saben qué platillos los requieren, e incluso cuál de sus variedades corresponde a cada una de las viandas. Ellas, siempre más que los hombres, saben batanear el ají o el rocoto y cuidarse de que no les salpique a los ojos; sin mucho pensar conocen la cantidad exacta de la sal y de otros ingredientes y los agregan a las preparaciones sin medirlos. Si son de Virú saben que antes de echar ají a las comidas deben sobárselo por las caderas para mejorar el sabor y la pungencia. En Nuñoa (Puno), los padres solían decirles a las niñas que si no sabían preparar el ají no iban a ser consideradas mujeres completas. En este caso las palabras se dicen y son escuchadas; en otros la misma idea se transmite sin palabras y a veces de manera violenta: "¡las mujercitas no deben comer ají!".

En cuanto al consumo, eso se aprende "de a poquitos", en palabras de un informante de Capachica (Puno): los niños y niñas van usando un poquito de ají hoy, un poquito mayor mañana, hasta que llegan a comerlo regularmente, sobre todo en ciertos platos en los que se "debe" añadir ají, como es el caso del *chawlla t'impu.* Casi las mismas palabras han dicho otras personas de otras partes del país:

> (…) los niños aprenden a comer todas estas variedades de ají, ya que sus padres los mezclan con las comidas, por eso es algo natural para ellos sentir ese picor característico de las comidas (Yungay).

> (…) como su papá no perdonaba jamás comer sin sacar del pote la salsa de ají molido con cebolla en cuadraditos, mi hijo así fue aprendiendo (Huaral).

Junto a eso hay una concepción que hay que tener en cuenta, se educa en la idea que "sin el ají la comida no es muy rica". En el mundo rural andino no se concibe papa sin ají; y en la costa el cebiche sin ají es solo una ensalada de pescado. Se aprende a comer el ají viendo cómo los mayores lo disfrutan, entonces se asimila la lección de una manera semiconsciente, donde es inevitable llevar un bocado picante al paladar.

En algunos lugares, como el picor está vinculado a la fiereza o al machismo, los padres enseñan a sus hijos varones a comer ají diciéndoles que solo los hombres machos lo comen. En las chacras de Yurimaguas (Loreto) los padres les dan a sus hijos ají (*challua ruro*) con masato, para que resistan más el trabajo en el campo.

Parte del machismo es soportar las exigencias físicas en las labores que las requieren. Una joven contaba: *"en mi caso mi padre me lo prohibía con la idea de que si lo consumía me crecerían bigotes". Para* ese padre el ají era solo para hombres porque solo ellos pueden ser machos a partir de su tolerancia al ají y si una mujer lo hacía sería sancionada y le saldrían bigotes.

En otros casos no hay segunda opción, como en Chivay (Arequipa) y en muchos otros lugares, donde los niños aprenden a la fuerza a comer ají o rocoto en las comidas, porque algunos platos son picantes por la naturaleza de su preparación y cuando tienen hambre deben comerlo. Luego, por costumbre, le toman el gusto hasta hacerlo infaltable en su alimentación. La que sigue es una variación que nos narraron, sin que deje de ser una forma de injertarse en el mundo de la pungencia ajicera: "Yo aprendí a comer viendo desde pequeña a mi padre hacerlo, a él nunca le faltaba su botella de encurtido de rocoto, al principio yo solo tomaba el juguito que bota el encurtido, y así y todo picaba fuerte… así comencé".

En el pueblo de Moche (La Libertad), los padres (y no las madres) son los que más consumen ají y los niños aprenden de ellos cuando los ven a la hora de las comidas, y remedan detalles: cómo se debe cortar el ají, de qué modo combinarlo en el plato y no chistar si hay incendio en el paladar. En este lugar, la enseñanza a la hora de la comida va junto con el aprendizaje de su cultivo según variedades, puesto que es zona de sembrío de ajíes, incluso hay una variedad que justamente se llama moche.

En muchos de los casos mencionados y en otros no indicados en estos acápites los niños tienen su primera degustación del picor ajicero no con buenas intenciones de parte de sus padres sino con el interés de sancionarlos, por ejemplo cuando llega la hora del destete. ¿Cuánto de esa primera experiencia no resulta siendo sino el inicio del escondido interés por volver a probar ají? Seguramente eso ya sucede en un momento diferente, cuando han pasado los años, la criatura ha crecido y en la cocina de la casa hay ají, en los platos que comen los mayores hay ají y gozo, el encurtido está cerca con juguito sabroso y el niño hasta es mandado a regalar o a comprar el ají o rocoto; incluso, cuando algo mayorcito come ají, recibe aplausos como si se tratara de un rito de pasaje. Todo está dispuesto para que nazca y crezca un ajicero.

2) Homenaje al batán

Si es que no se desea comer el ají cortado en pequeños cuadraditos, es asunto fácil en las cocinas de las ciudades y muchos otros poblados peruanos molerlo en licuadora o comprarlo ya molido en los mercados. Para licuarlo hay que agregar agua, sobre todo si se trata de algún ají deshidratado (mirasol o panca), y después, según el plato que se va a preparar, hay muchas maneras de continuar: va a la olla mezclado con otros ingredientes para el aderezo de alguna vianda, se le añaden otros insumos para preparar alguna salsa (*japche*, ocopa, huancaína), o así en su pureza, sin mayores complicaciones, se coloca el rocoto molido en un pequeño recipiente y se le ubica en alguna parte de la mesa para que los comensales se sirvan a su gusto y a la medida de su tolerancia.

En el pasado fue diferente, igual que en los actuales poblados donde aún no llega la electricidad. En ellos, y en miles de pueblos, peruanos y bolivianos[9] sobre todo, aún se usan y tienen plena vigencia el batán y/o el mortero. Y la ha tenido durante miles de años, sin batán no hubiera habido mucho de la antigua ni de la actual comida peruana; por eso, puesto de pie, escribo ofreciendo mi homenaje a este instrumento culinario al que en castellano llamamos batán.

[9] "Muchos tipos de alimentos son procesados de esta manera en las viviendas del occidente boliviano, en el campo y en la ciudad. El uso más común es para moler la *llajwa*. Para la población de esta zona la *llajwa* hecha en batán tiene un sabor superior a la preparada en licuadora. Se usa también, entre otras cosas, para descascarar los granos de su salvado, para limpiar la quinua de su alcaloide, para romper (*chanka* en quechua) granos, aplastar y trizar la papa lisa e incluso para hacer harina en pequeñas cantidades. Su uso es tan prevalente que incluso en modernos edificios de departamentos en la ciudad de La Paz se cuenta con un pequeño batán incorporado en el amoblado de cocina" (Wikipedia).

¿Qué es un batán?

Ofrecemos una de las tantas definiciones, escogida por la calidad académica de quien la ofrece: "Batán.- Piedra dura, con una cara plana (*maray*), sobre la cual se extiende granos u otras sustancias para ser molidas por medio del roce y el golpe de otra piedra, en forma de rodillo, llamada mano o *tunay*" (Pulgar Vidal, 1967: 33).

Para consumir algún tipo de ají, secularmente se espera que esté cortado en pedacitos o molido o *ñuto*, como se dice en quechua y para el molido el batán siempre ha estado presente en todos los hogares andinos. La pieza de abajo es una superficie totalmente plana, aunque con el uso se va formando una concavidad, y la piedra con la que se muele tiene forma de media luna para que pueda desplazarse y triturar el insumo alimenticio que se le ponga debajo.

Vivimos tiempos en que el milenario batán va siendo sustituido por la licuadora, hay nostalgia por él, casi son dos monolitos que están en el corazón y en la memoria de los poseedores de la cultura andina.



Experiencia, amplia difusión y muchos conocimientos

El batán aparece entre los peruanos de la prehistoria cuando comienzan a abandonar —a través de muchos siglos— el nomadismo para volverse sedentarios, es decir, hace unos cinco mil años, cuando ya se lograba la domesticación de numerosas plantas y animales, cuando ya se usaba cerámica y existía una organización social más compleja, donde la comercialización por trueque ya contaba con rutas, medidas, equivalencias y hábitos. Antes de este tiempo no tenía sentido cargar piedras pesadas si se iba a recorrer largos trechos buscando presas de caza; sin embargo, y según las evidencias, entre los instrumentos líticos que usaban los cazadores-recolectores había uno parecido a una mano de molienda.

A pesar del tiempo transcurrido es conocido a través de generaciones que las piedras que conforman el batán fácilmente se encuentran en los cauces de los ríos. Deben ser de cantera lisa, canto rodado no arenoso, para que no se desmorone al momento de la molienda. Una campesina de los Andes, de tiempos actuales, expresa así esta sabiduría secular: "no tiene que ser de piedra arenisca porque se acaba rápido y además llega a rasparse y sale tierra". Otra señora, puneña santarrosina, explica cuando se le pregunta qué es un batán: "Batancito es eso de piedra especial. No es piedra arenosa. Tiene que ser lisa. Porque la piedra esa medio arenosa sale tierra y no sirve. Esto de dónde lo habrán traído. Se le dice *uchu kutana* y a la piedra redonda le dicen *murq'u*" (Blanca, 52 años, de Santa Rosa, Melgar, Puno).

En Huancayo hay un lugar especial denominado Batanyacu, pequeño barrio (Suárez, 1967) donde la gente se abastece de estas piedras escogiendo las adecuadas. Lo mismo se dice del mortero o la "bola" que sirve para chancar, tiene que ser también de canto rodado. En otras partes de la sierra —por ejemplo en Cusco— se recoge del río grandes piedras que se llevan al taller del picapedrero, quien le da formas precisas al *tunay,* redondea la piedra y talla asas en las puntas de la media luna, para hacerlas más manipulables y seguras.

En Pucallpa, a la parte de abajo la llaman batán y es hecha de la dura madera del *shungu* (*Spodias mombim* L.). La piedra que va encima, designada como moledora o mazo, es recogida del río. En la selva baja, donde hay escasez de piedras, ambas partes del batán se hacen con alguna madera dura. En los poblados amazónicos no faltan artesanos que con instrumentos de carpintería forman una hondonada en la parte de abajo del batán, ni tan profunda ni tan superficial, para que ahí se

muela con el mazo. En Piura, donde tienen algarrobo a la mano y en cantidad, cuya madera se caracteriza por su dureza, lo utilizan para hacer batanes tallados; los artesanos que los confeccionan cobran por el trabajo o encargan a un familiar que los ofrezcan en los mercados.

La palabra castellana batán

En el *Diccionario de la Real Academia de la Lengua* (DRAE) se indica que batán es una piedra plana sobre la que va otra piedra de base curva (u oblonga), a esta última se le da movimientos oscilatorios y de esta manera se muele granos, café y ají, etc. (2001, tomo 2: 202). Esta misma fuente indica que el origen podría ser la voz árabe hispánica *batán.* Joan Corominas dice lo mismo pero escribe *battán*. La primera fuente indica que este instrumento es usado en Bolivia y Perú, la segunda indica que se emplea en Ecuador y Perú; incluso para algunos autores esta palabra es un peruanismo. En la enciclopedia de Martín Alonso se precisa que (el batán) puede ser de piedra o de madera y se usa para moler granos (Alonso, 1958: 662). Ningún diccionario menciona la existencia del batán en otra parte que no sea en los países andinos, aunque sí dan información sobre esta misma palabra pero con otras acepciones. Moler granos o yerbas aromáticas es una necesidad culinaria en muchos lugares; por eso de manera paralela se han ido creando instrumentos parecidos al batán; por ejemplo en México lo llaman metate y un diccionario lo define así: “Piedra de moler cuadrilonga, sostenida en tres pies, sobre la cual las mujeres muelen ordinariamente el maíz, el cacao y otros granos (Salvat Editores, 2004: 10097).

El vocablo batán, con el contenido que conocemos, parece que recién se comenzó a usar a fines del siglo XVI. Garcilaso de la Vega, describiendo cómo se empleaba este instrumento, nos dice que la persona que lo está usando: “recoge en medio de la losa, con una mano, lo que está moliendo para remolerlo, y con la otra tiene la piedra, la cual con alguna semejanza podríamos llamar batán”; además de la evidente timidez con la que escribe, lo que no precisa Garcilaso es a qué se asemeja ese utensilio.

Martín Alonso explica que desde el siglo XV hasta el XX en España el vocablo batán se refiere a una “máquina hidráulica compuesta de gruesos mazos de madera movidos por un eje, para golpear, desengrasar y enfurtir (dar el cuerpo correspondiente a) los paños”. A partir de este referente (los golpes de mazo) es que la misma palabra cambió en el sentido con el que lo conocemos en los países andinos.

Aquí en estos territorios hemos creado las palabras "batanear" y "molinar", que significan utilizar el batán; no usamos las voces castellanas "batanar" o "abatanar".

En el *Vocabulario de peruanismos* de Miguel Ángel Ugarte Chamorro se precisa que en Piura el batán es una pieza de algarrobo sobre la que se muelen alimentos, y a continuación agrega algo que tiene cierta trascendencia: (batán) también se refiere a las "caderas de una persona" (Ugarte Chamorro, 1997: 46). Confirmando este uso, que no solo es del argot limeño como cree Guillermo E. Bendezú, batán son las "posaderas, nalgas, culo" y pone de ejemplo una frase de la jerga criolla: "lenteen cumpas a ese batán antiguo" (Bendezú, 1977: 84). Sobre todas estas semejanzas hay expresiones en poemas, narraciones, décimas, chistes, adivinanzas.

En Cajabamba (Cajamarca), al trigo pelado en batán se le llama *shulandan.*

El batán en lenguas nativas peruanas

En quechua, según Diego Gonzales Holguín, "*maray, muray* o *maran* es la piedra de base plana que está debaxo, la de arriba es *cutana, urcun o tunay*; la de arriba y de abajo juntas es *maran nintin* o *maraynintin*" (Gonzales Holguín, 1989: 57). Y la palabra *konani o cutani* se ha usado desde siempre para indicar que se está moliendo *"como en batán entre piedras"*.

Encontramos variaciones en cuanto a la parte plana, según de donde proceda el quechua: en Cusco es *maran*, en Ayacucho *marai*, en Junín *malay* y en Áncash *maray* (Propaganda Fide del Perú, 1998: 82).

Según José M.B. Farfán, en Chile usan el vocablo *maray* (batán, piedra para moler), que es un quechuismo derivado de *maran*, para designar un molino de piedra que sirve para triturar minerales, granos, etc. (Farfán, 1959: 25).

En un diccionario aimara-castellano-aimara la palabra *peqaña* significa moler y también se traduce por batán. La base plana no tiene un vocablo preciso, en cambio el brazo curvado es denominado *peqaña ampara*. Y si solo consideramos ese término en su significado de moler, hay varias voces que de ella se derivan como *peqaquipaña* que es moler rápidamente, *peqjaña* que significa moler bien, *peqjayana* que se traduce por hacer moler, *peqsuña* que se usa cuando se trata de moler en cantidad y *pesqaña* que es cuando recién comienza la molienda (Deza Galindo, 1989: 138).

Información de trabajo de campo en el altiplano precisa que la voz aimara *pek'aña* (*sic*) se refiere a la piedra mediana que es la que muele y *pek'aña k'ala* es la piedra grande que sirve de base o soporte para moler; es sobre esta piedra que son aplastados, triturados y molidos el ají y muchos otros productos como el maíz para sopa, chuño, quinua y hasta carnes secas.

Conforme uno se acerca a la realidad rural campesina de los Andes, lo referente al uso del batán es más complejo de lo que puede decir el conjunto de diccionarios. Por ejemplo, en cada casa de los habitantes del distrito de Capachica (provincia de Huancané, Puno) existen dos batanes, uno grande y otro pequeño. Para una molienda de ají destinada al consumo diario familiar se usa el pequeño, que en esa comunidad llaman *uchu kutana* y está junto al mortero *o murq'u.* El *uchu kutana* también sirve para chancar el chuño, moler pimiento, palillo, comino y otros productos duros. El batán grande tiene el nombre de *piqana* que es la base y la *marana* su complemento. Cuando se tiene que asumir una fiesta comunal o familiar y se necesita preparar mayor cantidad de ají, así como moler mucho maíz u otros granos (cebada, trigo, quinua) o chuño, entonces se usa el batán grande. Y en palabras de un campesino de la altipampa llamado Manuel, de 65 años: "Allá lo típico es agarrar el *uchu kutana* y prepararlo ahí mismo en la piedra que tenemos ahí, no en molino, sino así con la mano. Esa es la forma de preparación".

En la sierra de Cajamarca se denomina batán ajicero (lo dicen en castellano) a uno de pequeñas proporciones, utilizado principalmente en la molienda de ajíes, hierbas aromáticas y especias. También existe el batán harinero que es de mayor tamaño y el batán para café en el que no conviene moler otro insumo. El batán consta de una base de piedra plana o cavada, la *paltancha* y otra alargada llamada *chungo,* también en piedra (Zapata, 2006: 100-101).

Según Carlos Camino Calderón, la voz *chungo* es quechua y significa piedra, canto rodado. Explica que en el norte, donde la gente es tan aficionada a los "pepianes y espesados", el ají es condimento principal de las comidas, el *chungo* y el batán tienen un importantísimo papel, y no faltan ni en el más humilde rancho de totora. Nos cuenta además que cuando un etenano o un monsefuano que regresa de "so monte" con el calabazo de la chicha agotado y la alforja huérfana de mote y caballa, oye el ruido del *chungo* que alegremente "repiquetea" sobre el batán, se tira del "piajeno", lo amarra al horcón de la ramada y con el corazón rebosante de agradecimiento abraza a la china que le está preparando el almuerzo (Camino

Calderón, 1945: 96). El pequeño error de este autor es considerar como quechua la palabra *chungo*; efectivamente es la piedra que sirve para moler pero proviene de la lengua extinguida *culle* (Cuba, 1999), que se habló en la zona de Pallasca (Áncash), Huamachuco (La Libertad) y Cajabamba (Cajamarca).

Otra lengua extinguida hace un poco más de un siglo es la mochica, cuyos últimos hablantes fueron escuchados y grabados por Hans Heinrich Brûning (1848-1928), lo que le sirvió para hacer un diccionario donde se consigna que la voz *jjik* es batán, moler es *tsïb*, y una manera imperativa de mandar a moler ají es *ántše çipa ăp.* Y en cuanto a la palabra ají, cuando es seco, se dice *ăp* y cuando es verde *ŭçep*. Y en tono imperativo, para que alguien no machuque el ají, se le dice *ámos çökuk tšo ăp* (Brüning, 2004).

Según el diccionario de Sergio Zapata, en la provincia norteña de Ayabaca se llama *juntana*. En Piura también se llama batán a la pieza de algarrobo sobre la cual se muelen los alimentos, la piedra para moler se llama *coyota* o *mushca.* En Arequipa la base plana se llama chaqueta (Zapata, *op. cit.*).

Forma de manejar el batán

Una descripción de hace más de cuatro siglos acerca del manejo del batán nos la ofrece Garcilaso de la Vega:

> No molían en morteros, aunque los alcanzaron, porque en ellos se muele a fuerza de brazos por los golpes que dan, y la piedra como media luna, con el peso que tiene, muele lo que toma debajo, y la india la trae con facilidad por la forma que tiene, subiéndola y bajándola de una parte a otra, y de cuando en cuando recoge en medio de la losa, con la una mano, lo que está moliendo para remolerlo, y con la otra tiene la piedra, la cual con alguna semejanza podríamos llamar batán, por los golpes que le hacen dar a una mano y a otra. Todavía se están con esta manera de moler para lo que han menester (Inca Garcilaso de la Vega, 1959: 462).

A esta descripción tal vez solo le faltaría remarcar que batanear es una labor de mujeres y que pocas veces los hombres realizan[10]. El peso de la piedra como media

[10] En la campiña cercana al pueblo de Urubamba, una señora de bastantes años que se llama Lucía Alegre de Hinojosa y que tuvo como profesión hacer chicha de jora —aún la prepara pero con la ayuda de su hija Clorinda— me informó (enero 2010) que hacía medio siglo había un señor que estaba por los 95 años, y que aún por entonces molía en batán la jora de varias personas que tenían sus chicherías, con este fin iba de una en una y en el batán de cada una de ellas se ponía a batanear hasta que acababa con su trabajo por el cual,

luna y la fuerza de los brazos “de la india” son los que realmente muelen, ella la hace bailar en forma cruzada, “subiéndola y bajándola de una parte a otra” produciendo un ruido rítmico; y como lo que se está moliendo se esparce a lo largo de la piedra plana, ella de cuando en cuando se detiene y con una de sus manos recoge y concentra lo molido para remolerlo, y con la otra mano sostiene la piedra ovalada. De esta manera, si se está triturando ají, lo ya bataneado, que siempre se hace con energía, salpica por las inmediaciones, por eso en la actualidad es muy útil una cosa tan sencilla como el mandil de plástico. El ruido que se produce al realizarse el molido se llama *tangran-pungrún* (Pulgar Vidal, 1967: 149) en Huánuco. Javier Pulgar Vidal la considera una voz semi-onomatopéyica por el sonido que hace quien manipula el batán y que se escucha en los alrededores.

De acuerdo a lo avanzado, en el batán se muelen muchos comestibles según los requerimientos del que batanea, aunque debemos adelantar que no solo se muele comestibles. En Caral, un centro arqueológico muy antiguo de la costa central peruana, este instrumento también fue útil para moler tierras de colores que luego, con algo de agua, se utilizaban como pintura de paredes; esto ocurría hace más de cuatro mil años.

Mejor sabor con el batán

Quienes utilizan el batán aseguran que lo que sale de allí tiene mejor sabor que si se usara licuadora. Se trata de gente mayor, muy apegada a sus costumbres y a algunos buenos hábitos, por lo general de pueblos alejados de las grandes urbes; ellos dan una serie de explicaciones: “la preparación en batán sale más rica, porque es más natural; el batán brinda al ají un saborcito especial, además que con ello ahorras electricidad y es más divertido”.

En Ayacucho explican el proceso de una forma atractiva: “los molidos tienen gusto porque doña María (batán) y don Tomás (mano del batán) muelen cantando y bailando”.

En algunos otros pueblos, como Quilca en el valle del Mantaro (Junín), cuando llegó la modernidad junto con la electricidad, los batanes quedaron dentro de las casas, olvidados en algún rincón oscuro (siempre cerca de la cocina), sin uso, casi como piezas de un museo, pero plenos de añoranzas: “allí mi abuelita bataneaba,

por supuesto, cobraba. Es decir: se trataba de una persona cuya profesión era moler en batán la jora que luego terminaría siendo chicha.

era experta". En muchos lugares de la sierra y de la costa un buen batán se legaba a una de las hijas de la familia, era parte de la "riqueza" y del patrimonio que debía dejarse a quien correspondía y ella a su vez ya debía ir pensando en el siguiente traspaso generacional. Saber trabajar en el batán era muestra de ser hacendosa y buena ama de casa.

En un pueblo huancavelicano (anexo Viñas, Acobambilla), en años pasados una novia antes de casarse tenía que demostrar su habilidad en el uso del batán ante sus suegros: si lo hacía bien, estaba apta para asumir las obligaciones de una mujer casada.

Lilia Mayorga, natural del pueblo afro Zaña en Lambayeque, nos cuenta lo siguiente:

> Recuerdo cómo mi abuela, Magdalena Valdivia Ayes, molía el ají en su batán para acompañar unos ricos frijoles con conejo estofado o para mezclarlo con la masa de los tamales. Me encantaba ver su rítmico movimiento, pero las veces que yo intentaba moler no podía con la mano —así se llama la piedra de moler— que pesaba mucho. Entendí que no era fuerza sino maña, maña que nunca logré aprender. Pero tampoco me la pasé intentándolo ya que mi mamá no siguió con la tradición: aunque sabía usarlo, en casa no teníamos batán[11].

Un proceso parecido al de Quilca se repite en el distrito de Típán[12] (Castilla, Arequipa) donde, según dicen los pobladores actuales, el batán no es muy utilizado, solo por las abuelitas. Agregan que con la electricidad es más fácil hacer las ocopas[13] en licuadora. Pero el llatan[14] se hace aún en batán porque aseguran que el sabor es diferente, mantiene su esencia porque no se agrega agua.

Obedeciendo a esa silenciosa atracción por lo ancestral, una migrante hizo el esfuerzo de traer desde el río Colca piedras para su batán, las instaló en su casa en la ciudad del Misti y las considera infaltables en su cocina; dice que todos sus hijos saben moler en batán, que en la licuadora no es tan rico el llatan que acompaña la comida, ni el ají molido para los aderezos.

---

[11] La versión íntegra de Lilia Mayorga puede leerse en Rodríguez Pastor 2016: 350.

[12] Aquí el batán es plano y grande y la piedra con la que se muele tiene una especie de cachitos como "media luna".

[13] En varios lugares de Arequipa, la palabra ocopa no designa a la salsa tan conocida y considerada, sirve para señalar al ají molido al que se le agrega cualquier otro ingrediente o más de uno.

[14] En el sur andino, llatan es el rocoto molido para poner en la mesa. En cada casa pueden añadirle cualquier ingrediente y no cambia de nombre.

Pero, como resultado del uso de estos modernos artefactos, en pueblos de Arequipa y en muchos otros lugares se observa que las nuevas generaciones poco a poco van dejando de lado la costumbre de sus ancestros, olvidando lo tradicional que los identifica como verdaderos arequipeños. El batán tal vez ya no sea utilizado de acá a unos cuantos años, pero fue parte de una tradición y un elemento importantísimo en los hogares de Arequipa.

En el pueblo de Virú, a 46 kilómetros al sur de Trujillo, la licuadora ha reemplazado al batán en los hogares, a pesar de que se considera que el sabor del ají molido es más agradable si se muele en batán; esto ocurre porque las señoras que antes lo hacían ya no tienen las fuerzas necesarias y porque para la nueva generación es más cómoda y quiere ganar tiempo. La tradición se va perdiendo pero todavía los hogares conservan sus batanes para hacer comidas especiales en ocasiones importantes.

En Ascope, igualmente en La Libertad, una vendedora de ajíes, que muele de 30 a 40 rocotos diarios, nos da su testimonio en el que se debe notar que una de las ventajas del uso del batán es que el ají, el rocoto o el ajo que se muelen duran más porque casi no se usa agua:

> El ají colorado lo remojo en las nochecitas, al día siguiente lo lavo bien, lo enjuago, de ahí lo muelo en batán. Solamente es ají nada más con un poquito de sal y un poquito de agua, casi nada, lo muelo nada más y queda así, espesito (…) por eso que la cantidad que yo doy es poca (…) en otro lado dan bastante pero es mezclado con agua. El ajo también es molido a batán, todos los ajíes que yo muelo son molidos a batán.
>
> También el rocoto lo muelo con la berenjena, lo pico chiquito, chiquito y lo muelo (…) rocoto con chilche, escabeche solo, culantro molido también, todo molido en batán porque la calidad es mejor, tiene más sabor que la licuadora, además se le echa menos agua que en la licuadora y mientras menos agua tiene más te dura el ají, por ejemplo algunas caseras dicen que mi ají les dura una semana. El ají amarillo lo muelo igual que el colorado, se sigue el mismo procedimiento.

El mercado de La Aurora en el Cercado de Lima, conocido desde hace más de seis décadas, tiene fieles compradores de otros barrios. Allí, hasta hace poco, había una vendedora de ají molido llamada María —parece que era la única en todo Lima— que al mismo tiempo molía ají en licuadora y en batán; su instrumento de dos piedras lo tenía en el mismo mercado y, evidentemente, cobraba algo más cuando el molido era resultado de su esfuerzo de batanear.

El mortero

El mortero es un utensilio que de manera paralela ha aparecido en muchas partes del mundo y se conoce desde la prehistoria. "Aparte del cuchillo, el mortero es sin duda el utensilio utilizado desde más antiguo en la preparación cotidiana de alimentos" (Duchase, 2004: 229).

En nuestra prehistoria no ha sido muy diferente: entre los utensilios de piedra que los arqueólogos han encontrado no faltan morteros. Según el diccionario de González Holguín, mortero se traduce al quechua como *mutcca vchuyyana.* La continuidad de la palabra en el quechua de hoy persiste porque el instrumento no ha perdido vigencia. En tiempos actuales, en Chaupihuaranga (Chacayán, Pasco)[15] el ají se muele en el batán (el *maray* más el *tunay*), al igual que la quinua, maíz (para mazamorra) y el choclo para la humita. En cambio en el mortero (compuesto por *collota*, en su parte interior, y la piedra llamada *mushca*) se muele para el caldo verde. En la provincia de Vilcas Huamán, Ayacucho, la *mushca* vendría a ser parecido al "cojudito" del norte, y la piedra para moler es lo que se denomina *collota*. Batán y mortero aún son y por mucho tiempo serán la grata compañía de las cocineras de nuestros Andes, pero también sucumbirán ante la modernidad y ante la comodidad del menor esfuerzo.

El batán y las caderas femeninas

En pueblos andinos con pobladores quechuahablantes, e igual en aimarahablantes, se trate de conversación diaria, cuentos, chistes o adivinanzas, al batán lo comparan con las caderas humanas (más con las femeninas por ser más pronunciadas). Y como está compuesto por dos piedras, una sobre la otra, y su uso produce un movimiento con sonido rítmico, semejan las relaciones sexuales de hombre y mujer o también la persecución masculina a la dama.

En una adivinanza quechua se hace la pregunta: *Marayacha pasña piñakuptin Umascha maqta Kallpakachachkan*, que en castellano libre significa: "Cuando la cholita María se molesta el cholito Tomás la corretea". Respuesta: *Maraywan tunay* ("El batán (parte de abajo) y el mortero (parte de arriba)"[16].

[15] Chaupihuaranga es una zona en la región de Pasco, habitada por varias comunidades que están aproximadamente a 3550 ms. n. m. La capital distrital es Chacayán, que tiene unos cuatro mil habitantes.

[16] Lara Irala, 1981: 96-98. Procedencia: localidad de Las Nazarenas, departamento de Ayacucho, provincia de Huamanga. D. A. residente campesina, analfabeta, trabajadora doméstica.

Una estampa lambayecana de hace varias décadas atrás nos muestra la costumbre pueblerina en cualquier domingo de Semana Santa de que una vez finalizada la misa y junto con el ruido de cohetes y bombardas, "las gentes" (*sic*) buscaba comer empanadas para lo cual iban a uno de los dos sitios donde las ofrecían: donde el "Mono Fernández" se hacían en batea, y donde las Millán (o las Millanes) había que ir por los atributos físicos de las hermanas. La nota humorística es como sigue:

> La misa había comenzado (un Domingo de Resurrección) a las seis o siete de la mañana, que era seguida de una bulliciosa diana, con cohetes, ruedas y bombardas. Después, las gentes se dedicaban a comer empanadas de dulce del "Mono Fernández" o de "las Millanes", que se pregonaban así, respectivamente:
> A las empanadas
> hechas en batea.
> A la mujer que es mala
> palo con'ea.
>
> A las empanadas
> De "ña Millán",
> que tiene "poto"
> de batán[17].

Y en lengua castellana, Luis Felipe Angell "Sofocleto", nos ha dejado algunas décimas referidas a las inquietadoras caderas de las mujeres. Transcribimos una como muestra:

> **¡Maldito vaivén!**
> ¡Quisiera que me molieras
> con ese hermoso batán
> que parecen, cuando van
> moviéndose, tus caderas…!
> Sé muy bien que si lo hicieras
> quedaría hecho puré.
> Pero además de eso sé
> que, si bien me molería,
> yo el batán te dejaría
> convertido en un bisté…[18]

[17] León Barandiarán y Paredes, 1935: 394.

[18] Angell, 2002: 139.

Bibliografia

ALONSO, Martín. *Enciclopedia del idioma*. Madrid: Aguilar, 1958.

ANGELL, Luis Felipe, "Sofocleto". "Décimas I". En *Obras completas*, tomo 13. Lima, 2002.

ASOCIACIÓN DE ACADEMIAS DE LA LENGUA ESPAÑOLA. *Diccionario de americanismos*. Madrid: Santillana, 2010.

BENDEZÚ NEYRA, Guillermo. *Diccionario del argot limeño o jerga criolla del Perú*. Lima: Editorial e Importadora Lima, 1977.

BRÜNING, Hans Heinrich. *Diccionario mochica*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2004.

CABIESES, Fernando. *Cien siglos de pan: 10,000 años de alimentación en el Perú*. Lima: Concytec, 1995.

CAMINO CALDERÓN, Carlos. *Diccionario folklórico del Perú*. Lima: CIP, 1945.

COBO, Bernabé. [1639] *Historia del Nuevo Mundo.* Publicada por primera vez con notas y otras ilustraciones de D. Marcos Jiménez de la Espada, 1980.

CUBA, María del Carmen. *Vocabulario de Huandoval*. Lima, 1999.

DEZA GALINDO, Juan Francisco. *Jaya mara aru. Diccionario aymara-castellano, castellano-aymara*. Lima: Concytec, 1989.

_____*Antropología del ají.* Lima: Instituto Nacional de Medicina Tradicional - Ministerio de Salud, 2000.

DUCHASE, Alain. *Diccionario del amante de la cocina*. Barcelona: Paidós Ibérica, 2004.

ESPINOZA SORIANO, Waldemar. "Los *mitmas* ajiceros-maniceros y los plateros de Ica en Cochabamba". *Historia y Cultura*, Revista del Museo Nacional de Arqueología, Antropología e Historia del Perú, núm. 22, pp. 47-74, 1993.

_____*Los incas: Economía, sociedad y Estado en la era del Tahuantinsuyo*. Lima: Amaru Editores, 1997

FARFÁN, José M. B. "Quechuismos. Su ubicación y reconstrucción etimológica". *Revista del Museo Nacional*, tomo XXVIII. Lima, 1959, p. 25.

FLORES Y GALINDO, Federico. [1872] *Salpicón de costumbres nacionales*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1966.

GARCILADO DE LA VEGA, Inca. [1609] *Comentarios reales de los incas*. Madrid: Editora Nacional, 1976.

GONAZALES HOLGUÍN, Diego. *Vocabulario de la lengua general de todo el Perú llamada Lengua quechua o del Inca*, tercera edición. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1989.

HORKHEIMER, Hans. *Alimentación y obtención de alimentos en el Perú prehispánico*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1973.

HUNTER, David E.; WHITTEN, Phillip. 1981 *Enciclopedia de antropología*. Barcelona: Ediciones Bellaterra.

HURTADO FUERTES, Ciro. "La domesticación de especies herbáceas". En *Actas del III Congreso Peruano de El Hombre y la Cultura Andina* (31 enero-5 de febrero de 1977). Segunda serie, tomo V. Lima, pp. 852-863, 1977.

HURTADO FUERTES, Ciro. *La alimentación en el Tahuantinsuyo*. Instituto de cultura Alimentaria Andina. Lima: Editorial San Marcos, 2000.

LARA IRALA, Edilberto. *Adivinanzas quechuas*. Ayacucho: Ediciones Investigación Universitaria, 1981.

LEÓN BARANDIARÁN, Augusto y Rómulo Paredes. *A golpe de arpa. Folklore lambayecano de humorismo y costumbres*. Lima, p. 394, 1935.

MEJÍA, Adán Felipe. *De cocina peruana. Exhortaciones*. Lima: P. L. Villanueva Editores, 1969.

MEJÍA XESSPE, Toribio. "*Kausay*. Alimentación de los indios". *Wiracocha*. Revista peruana de estudios antropológicos, vol. 1, núm. 1, pp. 2-24, 1931.

MORE, Federico. "Definición, exégesis y elogio del condimento y, sobre todo, el ají peruano". *El Comercio*. Lima, 2 de septiembre, 1954.

_____*Del buen comer y beber*. Humberto Rodríguez Pastor (comp.). Lima: Universidad de San Martín de Porres, 1998.

NAAR RUIZ, Casilda. *Sumak Mikquna. Arte culinario aborigen del departamento de Loreto en la Amazonía peruana.* Lima: Concytec, 1986.

NAAR RUIZ, Casilda. *Tradición alimentaria y aspectos medicinales de la Amazonía peruana.* Lima: Concytec, 2004 .

OLIVAS WESTON, Rosario (comp.). *La cocina de los incas. Costumbres gastronómicas y técnicas culinarias.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2001

PROPAGANDA FIDE DEL PERÚ. [1905] *Vocabulario políglota incaico*. Lima: Ministerio de Educación, 1998.

PULGAR VIDAL, Javier. *Notas para un diccionario de huanuqueñismos. Y otros peruanismos que se emplean en el departamento de Huánuco*. Lima, 1967.

_____*Huánuco. Apuntes sobre el folclore huanuqueño*. Lima: Universidad Alas Peruanas, 2006 .

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. *Diccionario de la lengua española*, vigésima segunda edición. Madrid, 2001.

RODRÍGUEZ PASTOR, Humberto. *El ají peruano en sus regiones y pueblos.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2014.

RODRÍGUEZ PASTOR, Humberto. *Ají peruano. Historia, cultura, sociedad y gastronomía.* Lima: Universidad Nacional Agraria La Molina, 2016.

SALVAT EDITORES. *La Enciclopedia*. Salvat: Madrid, 2004

SUÁREZ OSORIO, Miguel. *Literatura regional. Huancaínismos*. Huancayo, 1967.

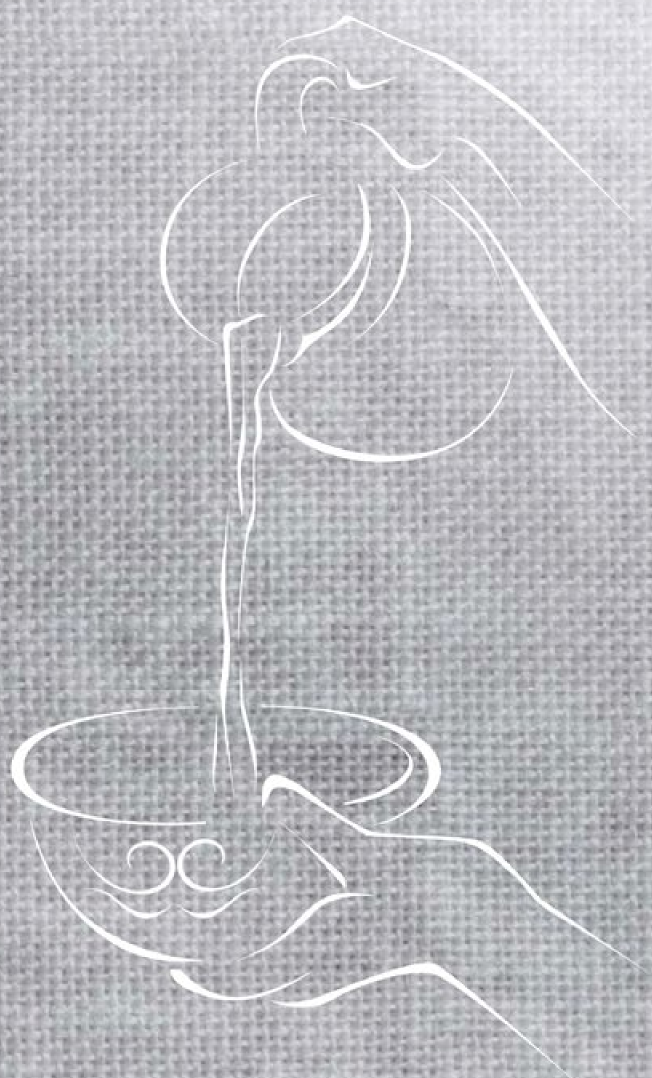
TAURO DEL PINO, Alberto. *Enciclopedia ilustrada del Perú*, tomos 1-16. Lima: Peisa, 2001.

UGARTE CHAMORRO, Miguel Ángel. *Vocabulario de peruanismos*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1997.

UGENT, Donald; OCHA, Carlos. *La etnobotánica del Perú. Desde la prehistoria al presente*. Lima: Concytec, 2006

VILLAVICENCIO, Maritza (comp.). *Seminario "Historia de la cocina peruana"*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2007.

ZAPATA ACHA, Sergio. *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2006.



LA CHICHA[1]

Duccio Bonavia
Universidad de San Martín de Porres, Perú

No es mi intención describir en forma exhaustiva a la chicha desde el punto de vista etnológico, es decir, las diferentes maneras de prepararla, las diversas costumbres que van asociadas con ella, el rol que juega en la sociedad andina, etc. Lo único que quisiera hacer es demostrar, comparando las evidencias actuales con las históricas, que una parte del conocimiento ancestral que se tuvo en los Andes sobre esta bebida hoy se ha perdido.

Chicha es un nombre tan común, en el Perú como en Bolivia, que se considera como nativo. Y es interesante que el verdadero nombre se haya olvidado. El vocablo fue recogido por primera vez por Giovanni Battista Ramusio alrededor de 1521. Se difundió después en América hispana, refiriéndose a las bebidas alcohólicas de granos y frutos. El término pudo haberse originado entre los aborígenes cuna de Panamá, los arauco en las Antillas o los aztecas en México (Corominas y Pascual, 1989, Vol. II: 354; Chávez, 2006: 627-628).

Resulta curioso que Pedro Pizarro, quien estuvo en la conquista del Perú desde los primeros momentos, utilice la palabra "chicha" en su crónica pero no la describa (Pizarro Pedro, 1968: 474). Mucho tiempo después el Padre Cobo dice muy claramente que "[e]l nombre de chicha no es de este reino; pienso que lo tomaron los españoles de la lengua de la isla Española; llámase, en la lengua quichua del Perú, aca [azua (?)], y en el aymará, cusa" (Cobo, 1964a: 163).

Según Nicholson, el origen de la palabra chicha no es claro, pero parece ser una voz del Caribe (arawak) que deriva de *chichal* o *chichiatl*. *Chichilia* significa "para fermentar" y *atl* "agua". Pero puede haber otra explicación. *Chi* significa "con" y *chal* "saliva", si se juntan puede significar escupir o para escupir. La palabra describe la forma principal en la que se hacía la chicha en el pasado, usando la saliva para convertir los almidones en azúcares, como se explicará más adelante, para facilitar la fermentación y aumentar el contenido alcohólico. La

[1] Duccio Bonavia. *El maíz*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2008, pp. 255-269

práctica usual era mascar la harina de maíz y la tarea era hecha generalmente por mujeres. En quechua la palabra es *akka* o *acca* y en aimara *kufa*. En quechua la harina mascada es *muko* y a los que mascaban se les apodaba *muccupuccuk*. La práctica de mascar la harina de maíz es bastante rara hoy en las tierras altas y prácticamente ausente, como se verá, en la parte costera (Nicholson, 1960: 291). Sauer (1950:494) opina que chicha es una palabra arawak. El Diccionario de la Real Academia Española (2001: 355) bajo la palabra chicha consigna: "De la voz aborigen del Panamá *chichab*, maíz".

Por otro lado Valdizán, basándose en el trabajo de Barberena (1894; Nota bene: Valdizán equivocadamente señala 1895 y su dato bibliográfico es incompleto), atribuye el vocablo al nahuatl, pues según dicho autor *chicha* significa escupir. *Chi* es "con" y *chal* "gargajo" o "con gargajo", es decir bebida "preparada con saliva o por acción de la saliva". Por otro lado, la palabra *azua* viene de *at* o *ah* que significa "agua" y *zu* "chupar", es decir significa "agua o líquido que se chupa" (Valdizán, 1990: 137). Staller por su parte informa una comunicación personal que tuvo de Brian Stross, quien le sugirió que la palabra no es arawak sino nahuatl, lo que confirmaría lo que escribió Barberena (*vide supra*). En dicha lengua el término sería *chichiya* que según Molina, el cronista, significa "tomarse agrio, agrio", que aparentemente se refiere al proceso de fermentación. Según Stross el término aún se usa en Guatemala (Staller, 2006: 449-450). Desafortunadamente Staller no proporciona la cita bibliográfica de Molina para poder verificar la información.

Según Chávez (2006: 628), chicha en aimara es hoy *k'usa*, tal como aparece en el vocabulario de Bertonio (1956, I Parte: 160; II Parte: 66), donde se dice *kusa*. En el quechua moderno se usa *aqha*, a veces pronunciado y escrito *aha*. González Holguín en su Vocabulario indica: "*Aka*: El *açua* o chicha" y bajo la palabra chicha "Aka chicha fuerte viñapu aka" (González Holguín, 1989: 18,470). Chávez sugiere que debió pronunciarse *aqha* y no *aka* o *aca* que significa heces humanas (Chávez, *Op. Cit.*: 628). En efecto, *aca* según González Holguín significa "Todo estiércol de persona o animal no menudo" (González Holguín, *Op. Cit.*: 11). Sin embargo *aka* sólo significa, como lo he dicho, chicha. No he podido encontrarle otro significado. Lo interesante es que nadie ha mencionado que la palabra chicha existía en quechua, pero con un significado muy diferente, pues González Holguín (*Op. Cit.*: 107) bajo el término *chicha* indica "ossota o çapato de dos o tres suelas" y bajo *chichani* "cosser los çapatos o ossotas de dos suelas".

Santo Tomás (1951: 229) habla de *azua* o *açua*, este último vocablo podría ser derivado de algún lenguaje nativo desaparecido (Chávez, 2006: 628).

Cuando Morris (1979: 22) se refiere a la chicha, la llama *aqa* y explica que se puede hacer de muchos productos: de maní o de yuca, como se acostumbra en la selva; y en diversas formas que pueden ser regionales, pero también relacionadas con especialidades personales de quienes la elaboran.

Gillin señala que chicha es un término general para una bebida común en América hispana. Arona (1938: 165-166) lo define como un viejo vocablo español, aunque más adelante (Arona, *Op. Cit.*: 177) dice que podría ser antillano. Luego, basándose en Valdizán y Maldonado (1922, Vol. 2: 69), menciona para el quechua las palabras *acca*, *aka*, *asuha*, *Khusa* y dice que Farfán (1941: 34) también emplea la palabra *aqha* (Gillin, 1947: 46).

En este sentido es importante el testimonio de Tschudi:

> "Esta bebida se designaba entre los Khetsuas con el nombre de *Akha* o *Asiva*; entre los Tsintsaysuyus, generalmente *Asiva*; entre los Kol'a's (llamados equivocadamente aymaras) *Khusa*. Los españoles dieron el nombre de chicha (tsitsa) a esta cerveza de maíz, palabra que los conquistadores oyeron por primera vez en las Antillas para designar bebidas parecidas, y que después esparcieron por todo Centro y Sud-América, hasta los límites de habla castellana" (Tschudi, 1918: 39).

Y luego añade:

> "De la multitud de expresiones en que tanto el khetsua como el aymará abundan para designar las diferentes clases de cerveza de maíz, consigno aquí sólo las principales. En Khetsua, *kulʼ Akha*, de color profundo; *gelu Akha*, amarillo; *tsumpi Akha*, rojiza; *tsuya Akha*, clara y asentada; *puxtsko Akha* ácida; *l'oxlʼ*a *Akha*, aceitosa; *kaymaska Akha* 'sehalee' chicha; *Akha pl'oxl'a*, la espuma de la chicha, y así; entre los aymarás *piske kusa* blanca; *tsuri kusa* amarilla; *yuu kusa*, rojiza o amarillo profundo, *vila kusa*, *Kami kusa*, rojiza; *kul'ku kusa*, color rojo fuerte; *kol'yu kusa*, chicha colorada oscura. Además de estas designaciones de colores hay muchos términos técnicos referentes a la preparación, resistencia, etc. de la chicha… Los hombres que fabricaban chicha o la vendían se llamaban *Akha asiwax* o *Akha kamayox*…" (Tschudi, *Op. Cit.*: 42-43).

La definición de chicha que da la Real Academia Española (2001: 355-356) es "[bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz en agua azucarada, y que se usa en algunos países de América".

El padre Cobo ha tratado también este asunto y escribió:

> "Debajo de este nombre de chicha se comprenden todas las bebidas que usaban los naturales de este Nuevo Mundo en lugar de vino, y con que muy frecuentemente se embriagaban... Hácese la chicha de muchas cosas, acomodándose cada nación a aquellas semillas y frutas que más en abundancia produce su tierra para hacer chicha dellas... Pero la mejor chicha de todas y que generalmente se bebe en esta tierra, la cual, como vino precioso, tiene el primer lugar entre todas las demás bebidas de los indios, es la que se hace de maíz" (Cobo, 1964a: 162).

Lo que ha escrito Cobo es confirmado de alguna manera por Cooper, quien explica que entre todas las bebidas alcohólicas de Sudamérica aborigen, las hechas con maíz son las usadas por el mayor número de gente y las que tienen la distribución geográfica más amplia. Ellas son difundidas en forma continua en la gran área desde Honduras hasta el istmo en América Central, y a lo largo de la faja cultural andina desde el istmo y la parte norte y oeste de Colombia, a través de Ecuador y Perú, hasta el oeste de Bolivia, Atacama, el país de los diaguitas, Chile medio, Chiloé y, ya como introducción tardía, desde Chiloé hasta el límite meridional del crecimiento del maíz en las islas Guaitecas. En las Antillas, Venezuela y las Guayanas, en las regiones Tupí-Guaraní de la Amazonía, en la zona de Paraguay-Paraná y en la costa brasileña y su región interior. Son también comunes en gran parte de la Montaña, en el Orinoco, en el alto y medio Amazonas y sus tributarios, la zona este de Bolivia y el Chaco, el Mato Grosso y el este del Brasil no-Tupí (Cooper, 1949: 539-541).

Rowe se refiere a la chicha de los antiguos peruanos. Explica que en los tiempos de los incas la *aqha* se hacía de maíz, quinua, oca y molle, pero no era un licor destilado. Esta bebida era elaborada por mujeres que mascaban la pulpa del fruto y escupían la masa en las jarras de agua caliente. Luego se dejaba fermentar hasta lo deseado (Rowe, 1946: 292). Y Guamán Poma de Ayala dice que en la comida del Inca se le daba una "...chicha muy suaui q madoraua un mes q le llaman yamor aca..." (Guamán Poma de Ayala, 1936: 332 [334]).

Ahora bien, hay que distinguir, como señalan Cutler y Cárdenas (1947: 33), la chicha no alcohólica de la alcohólica. Casualmente el maíz dulce se distingue por tener una gran cantidad de azúcar con un alto contenido alcohólico (Mangelsdorf, 1974: 108). Y es posible que la selección de las diferentes variedades de maíz, específicamente para elaborar la chicha, pueda haber sido uno de los criterios usados antiguamente para producir algunas de las muchas variedades que hoy existen en el

Área Andina (Nicholson, 1960: 291). Mangelsdorf hizo experimentos personales con la raza Kculli morada, que no sólo se usa para hacer chicha sin fermentar y mazamorra, sino incluso para teñir. Esta raza, cuando es puesta a secar al sol, mantiene su coloración y no se notan diferencias. Si se observan las pilas de granos que dejan los indígenas, se nota muy claramente que la selección ha sido muy rígida. Esta variedad se usa también para hacer chicha fermentada, pues contiene una gran cantidad de azúcar. Lo mismo se puede decir de la raza Cuzco Gigante (Mangelsdorf, 1974: 114, 208).

Una de las formas más conocidas hoy en día de hacer la chicha es directamente de la harina de maíz germinada (conocida como *guiñapo* o *jora*). Es interesante que se le llame también "chicha postiza" (Sevilla, 1994: 223). Sin embargo, esta no es la única manera, pues hay otra que se conoce como "mascada", de la cual los cronistas han dejado sugestivos testimonios. Antes, es importante explicar que la ptialina de la saliva contiene una enzima llamada alfa amilasa que convierte los almidones en azúcares fermentables. La germinación del maíz libera diastasa que es mucho más efectiva que la obtenida por la salivación.

Zárate describe la chicha que se hacía en las serranías y cuenta que los indígenas

> "...[beben un brebaje en lugar de vino, que hacen echando maíz con agua en unas tinajas que guardan debajo de tierra, y allí hierve; y demás del maíz crudo, le echan en cada tinaja cierta cantidad de maíz mascado, para lo cual hay hombres y mujeres que se alquilan, y sirven como levadura. Tiénese por mejor y más recio lo que se hace con agua embalsada que con la que corre. Este brebaje se llama comúnmente chicha en lenguaje de las islas, porque en lenguas del Perú se llama azúa: es blanco o tinto como la color del maíz que le echan, y emborracha más fácilmente que vino de Castilla, aunque si los indios lo pudiesen haber según son aficionados a ello, dejarían lo de su tierra" (Zárate, 1968: 132).

El Padre Acosta también ha escrito sobre la chicha en forma minuciosa:

> "No les sirve a los indios el maíz solo de pan, sino también de vino, porque de él hacen sus bebidas, con que se embriagan harto más presto que con vino de uvas. El vino de maíz, que llaman en el Perú azúa, y por vocablo de Indias común chicha, se hace en diversos modos. Es más fuerte, al modo de cerveza, humedeciendo primero el grano de maíz, hasta que comienza a brotar, y después cociéndolo con cierto orden, sale tan recio que, a pocos lances derriba; éste llaman en el Perú sora, y es prohibido por ley, por los graves daños que trae emborracharse bravamente. Otro modo de hacer azúa o chicha es mascando el maíz y haciendo levadura y de lo que así se

> masca, y después cocido; y aún es opinión de indios que, para hacer buena levadura, se ha de mascar por viejas podridas, que aún oillo pone asco, y ellos no lo tienen de beber aquel vino. El modo más limpio y más sano y que menos encalabria es de maíz tostado...” (Acosta, 1954: 110).

Más bien llama la atención, una vez más, que Garcilaso de la Vega nos haya dejado una descripción bastante superficial de la chicha y que no mencione para nada la forma mascada:

> “Algunos indios más apasionados de la embriaguez que la demás comunidad, echan la zara en remojo, y la tienen así hasta que echa sus raíces; entonces la muelen toda como está y la cuecen en la misma agua con otras cosas, y colada la guardan hasta que se sazona, hacese un brebaje fortísimo que embriaga repentinamente: llamanle uiñapu, y en otro lenguaje sora. Los Incas lo prohibieron por ser tan violento para la embriaguez; después acá, me dicen, se ha vuelto a usar por algunos viciosos” (Garcilaso de la Vega, 1959c, Libro VIII, Cap. IX: 130).

En efecto González Holguín (1989: 470) en su diccionario llama a “la chicha fuerte” *viñapu Aka*. Una descripción muy detallada es la que nos ha dejado el Padre Cobo. Él dice que la chicha

> “...se hace de muchas maneras, y en lo que se diferencian unas de otras es en ser unas chichas más fuertes que otras y de diferentes colores; porque se hace chicha colorada, blanca, amarilla, cenicienta y de otros colores. Una muy fuerte, llamada sora, que hacen de maíz que primero está algunos días enterrado hasta que retoñece; otra, de maíz tostado; otra de maíz mascado, y de otras maneras. La más ordinaria que beben los indios del Perú es la que se hace de maíz mascado; para lo cual se ven no sólo en sus pueblos, sino también en muchos de españoles, donde hay concurso de indios, como en Potosí, Oruro y otros, hechos corrillos en las plazas de indias viejas y muchachos sentados mascando maíz, que no poco asco causa a los españoles sólo el verlo, sin que lo cause a los indios e el beber un brebaje hecho tan suciamente. No mascan todo el maíz de que se hace la chicha, sino parte de él, que, mezclado con lo demás, sirve como levadura. La cual tienen los indios por tan necesaria para darle el punto a la chicha, que cuando el maíz se muele para este efecto en nuestros molinos de agua, mascan la harina hasta humedecerla con la boca y hacerla masa; y llevan su paga los que se ocupan en este ejercicio de mascar maíz o harina, fuera de lo que interesan tragando lo que quieren para matar el hambre” (Cobo, 1964a: 162-163).

Otro autor que nos ha dejado una buena descripción de la chicha es Vázquez de Espinosa. En su obra se lee:

> "Los indios hazen su bebida de muchas maneras en las Indias y en particular en el Reyno del Piru, de mais...El que se haze de mais, que es el trigo de las Indias lo hazen de muchas maneras. La ordinaria llaman jura, o asua, esta emborracha mucho a los indios, y es vna bebida poco limpia, para hazerla echan el mais en remojo, y despues lo ponen tapado con alguna estera, v otra cosa, y lo dexan algunos dias, hasta que todo está nacido, y luego lo muelen muy bien, y van colando aquella masa con agua hirbiendo, y echan en sus tinajas, votijas, o vasijas hasta que a hiruido como el vino a cabo de dos dias, y luego, que a hiruido queda con vn picante y lo beben y usan con el sus borracheras, y hazen sus casas, y sementeras haziendo cantidad y mingando todos los parientes y amigos, que es lo mismo que conuidarlos al trauajo, y fiesta, y así lo vno y lo otro se haze con solemne vayle fiesta y borrachera. Otra hazen mascando el mais las indias viejas muchachos y quantos hallan para ello, que es harto asquerosa bebida para que venga mas presto y sea mas fuerte haziendo lo mismo que al otro beneficio: otra hazen tostada que es la mas regalada, y limpia, tostando el mais la cual es buena bebida saludable y fresca tiene casi el sabor de buena aloja..." (Vázquez de Espinosa, 1948: 1219 y 1220 [397-398]). (La aloja es una bebida compuesta de agua, miel y especias).

Pero, otra vez, es Tschudi quien ha hecho una investigación exhaustiva sobre este tema. Si bien su relato es largo, creo que merece la pena ser citado, pues muestra conocimiento de causa:

> "La fabricación primitiva del akha era muy sencilla. Se echaba agua hirviente sobre el maíz, más o menos chancado o molido, y en seguida, después de cierto tiempo, se mezclaba con una cantidad de agua determinada por la práctica, y se cocía, trasegándose después de enfriarse con la barra y dejándola fermentar. Después que esto ha terminado casi por completo, se entrega la bebida al consumo, pues se avinagra fácilmente o se desvanece. Esta akha que hoy mismo se fabrica, frecuentemente de la misma manera primitiva, es una bebida amarillenta y más o menos acidulada, algo parecida a una cerveza ligera torcida...Probablemente por casualidad descubrieron los indios que podían fabricar mejor producto con maíz fermentado, así que ponían el maíz en un depósito con agua para que se remojara varios días, hasta germinar (hasta que salieran raíces y algunos ramos), en seguida los esprimían, lo chancaban y seguían el procedimiento corriente para hacer akha. Pero no poniendo sino parte de este líquido en su chicha corriente, encontraron que la mezcla salia mucho mejor, y poco después todo el producto se preparaba con maíz germinado y convirtieron la bebida sencilla con otra picante, fuerte y muy embriagadora, agregándole algunas plantas. La akha de maíz germinado la llaman Wiñapu (wiña germinar, crecer) o también Sora... Por instinto llegaron los peruanos a mascar (mutki) el maíz o el maíz germinado, en vez de esprimirlo, arrojando la masa mezclada con saliva en una vasija y siguiendo después como para la akha corriente. Este procedimiento, con el que los indios llegaron a dar de un modo u otro que nos es desconocido, es fisiológicamente de todo punto exacto, pues

> reposa sobre un proceso de transformación que ellos no podían presentir, pero al que acudieron instintivamente. En efecto la saliva segregada en abundancia por la masticación y mezclada con el maíz germinado, bien desmenuzado, llamado por los khetsuas muku, contiene ptialina que transforma la glucosa del maíz, así como en la fabricación de la cerveza la diástasis que contiene la malta, obra de igual modo. Como la ptialina actuaba, además, como fermento, conseguían los indios, agregando un poco de borra, una fermentación más completa de su mezcla que la que se verificaba con otras clases de chicha. La akha de maíz mascado, como se preparaba en la Sierra para algunas fiestas, se llamaba texte, tenía casi la consistencia de una mazamorra y era sumamente capitosa. En tiempo de los Inkas, las que se ocupaban de masticar el maíz eran mujeres y muchachas. Durante todo el tiempo de la operación, que a veces duraba varios días seguidos, estaban obligadas a ayunar, es decir que no debían comer ni ají (utsu, capsia, sepec) y las casadas debían apartarse del lecho marital. La akha destinada al consumo del Inka y de la familia real era preparada por doncellas escogidas" (Tschudi, 1918: 40-42).

Ya en nuestros tiempos, hay varias buenas descripciones de la chicha y una de ellas es la que nos ha dejado Morris. Él indica que hay dos variantes mayores que se basan en la fuente de diastasa usada para aumentar el contenido alcohólico y mejorar el sabor. En gran parte de las Américas una fuente común de diastasa es la saliva. El maíz seco molido se pone en la boca en forma de bolas ligeramente húmedas que se van moviendo con la lengua hasta que absorben la saliva. Esta harina de maíz salivada es luego secada y forma la materia prima para la chicha. En la actualidad la chicha se hace con maíz germinado, explica Morris, llamado jora. Esta se prepara remojando el maíz en agua una noche en un recipiente de cerámica. Al día siguiente los granos se colocan sobre una capa delgada de hojas o paja y se les deja para que germinen hasta que los brotes son aproximadamente del tamaño de los granos. Estos germinados se secan al sol. La jora resultante luego es quebrantada para constituir la base de la bebida.

Hoy la chicha se hace llenando un recipiente con boca ancha, aproximadamente en un tercio de su capacidad, con la jora quebrantada y se le añade agua caliente, no hirviendo, hasta debajo del borde. La mezcla se agita cuidadosamente, se deja enfriar y asentar alrededor de una hora. El líquido de la superficie es separado en otro recipiente grande. Un estrato semicongelado que queda encima del sedimento que está en la jarra es igualmente removido y luego condensado por medio de un hervido a fuego lento para convertirlo en pasta dulce parecida al caramelo. Se deja el líquido sin remover alrededor de dos días y luego se cuela, se hierve por tres horas o algo así, en seguida se deja enfriar en una jarra de boca ancha. Cuando está fría,

se le añade algunos de los productos que se han separado previamente. Entonces comienza la fermentación y el líquido es transferido a otra jarra de boca más estrecha, donde la fermentación sigue y desde este recipiente se sirve la chicha. La velocidad de fermentación varía según la temperatura de las diferentes regiones. Además, depende de las preferencias del grado de fermentación. Algunos eligen la chicha que recién comienza a fermentar, otros con cinco o seis días (Morris, 1979: 22-25).

Muelle (1945) ha estudiado la chicha hecha en el Cuzco, en el barrio de San Sebastián, y explica que allí no se hace la *sutay-akha*, es decir la chicha enterrada por varios días que se prepara en otros lugares. Describe cómo se fabrica la bebida, la terminología quechua que se emplea sobre el particular y las costumbres que van asociadas a ella. Señalaré sólo algunos detalles que me parecen pertinentes y remito al lector al mencionado trabajo para mayor información.

Explica que la palabra jora es sinónima de *guiñapo*. Que la primera acepción es erudita, aunque ya tiene uso popular, mientras que *guiñapo* viene de *wiñay* que significa crecer, es decir se refiere al brote del maíz en germinación. *Tekhte* es la chicha de apariencia lechosa, que se prepara con maíz blanco y a la que se le agrega un poco de azúcar y quinua para conseguir la espuma (Muelle, 1945:147). En San Sebastián, siempre según Muelle, la chicha "...no puede dejarse de un día a otro... pues se agria" (Muelle, *Op. Cit.*: 146).

Gillin explica que actualmente en la Costa Norte a la chicha se le añade chancaca, es decir miel de caña de azúcar morena, para aumentar el grado alcohólico (Gillin, 1947: 47).

Hocquenghem y Monzón han descrito la chicha de la zona de Piura, en la Costa Norte, y allí ofrecen las recetas de la chicha de jora, de la chicha casera, de la serrana y de la que se llama loja o aloja en la zona de Catacaos. Ellas explican que sólo en la chicha de jora se masca una parte del afrecho y se le echa en los tinajones; a esta operación se le llama "ensalivamiento o muqueado" (Hocquenghem y Monzón, 1995: 112-113). Es interesante señalar que en las tierras altas bolivianas y en los valles a la chicha hecha de quinua se le conoce con los nombres de loja o aloja (Cutler y Cárdenas, 1947: 34), mientras que la de Catacaos es de maíz.

Uno de los mejores estudios sobre la chicha se lo debemos a Cutler y Cárdenas. Ellos indican que una simple chicha alcohólica se hace mezclando una sustancia

que contiene almidón o azúcar con agua dejando que el líquido fermente. Pocas chichas se hacen así. En la mayoría se emplean métodos que aumentan el grado alcohólico y el sabor. El aumento de alcohol se logra convirtiendo algunos de los almidones en azúcares, los cuales son más aprovechables para la fermentación. Una enzima, la diastasa, provoca este cambio y en Sudamérica la fuente más común para la chicha es la saliva. La costumbre de mascar las raíces, los frutos y los granos para preparar bebidas es muy difundida. En el caso del maíz esta es costumbre en el Brasil central y costeño y en las serranías peruanas. Otra forma de introducir la diastasa es el malteado, es decir remojar los granos en agua para hacer que germinen. Este método, como se ha visto, está descrito en los cronistas. Pero, según los autores, ellos no han dejado información completa de la forma de hacer chicha. Empero, caen en una contradicción, pues escribieron: "[e]s probable, sin embargo, que el malteado sea un desarrollo precolombino" (Cutler y Cárdenas, 1947: 34-35), cuando líneas atrás han indicado que Garcilaso de la Vega, Acosta y Cobo lo describen, lo cual como se ha expuesto es correcto (*vide supra*).

Los autores señalan asimismo que el proceso del malteado es común en Bolivia y Perú, especialmente en las serranías. Para el lector interesado, incluyen dos fotografías interesantes: una del *muko*, es decir la harina de maíz salivada, y la otra de mujeres bolivianas *mukeando*. En este estudio, Cutler y Cárdenas (*Op. Cit.*: 39-41) hacen una buena descripción de como se escoge el maíz para la chicha y qué variedad se usa, pero se refieren a la zona boliviana de Cochabamba.

Lo que me parece importante es la distinción que hacen entre salivación y masticación. Además, es la mejor descripción que he encontrado de estos dos procesos. Para ellos salivación es cuando "[l] a harina es humedecida muy lentamente con agua, enrollándola en forma de bola, de tamaño conveniente y es empujada en la boca. Es cuidadosamente trabajada con la lengua hasta que esté bien mezclada con saliva, después se la presiona hacia el paladar para que forme una sola masa, luego es sacada con la lengua y removida con los dedos. Los dientes juegan un rol muy pequeño en este proceso". Mientras que, en el mascado, es necesario triturar con los dientes ciertos materiales duros como el algarrobo o los camotes (Cutler y Cárdenas, *Op. Cit.*: 1). (Ellos emplean el término *macerate* que no me parece correcto, pues macerar significa ablandar algo estrujándolo o golpeándolo [Real Academia Española, 2001: 955]).



El lector interesado podrá encontrar en este artículo todos los pasos preliminares de la elaboración de la chicha, su procesado día a día con los nombres indígenas para cada fase y producto (Cutler y Cárdenas, *Op. Cit.*: *inter alia* 41, 45-52). Es interesante también su afirmación de que en las tierras bajas orientales bolivianas el proceso de la chicha es más simple (Cutler y Cárdenas, *Op. Cit.*: 53-59). (También se puede consultar el trabajo de Nicholson, 1960, especialmente en las páginas 291, 294-298, 290).

Cámara Hernández y Arancibia de Cabezas se refieren a la chicha que se hace en la Argentina, en la quebrada de Humahuaca. Se trata del fermento de un extracto acuoso de granos de maíz pregerminado. Los diferentes tipos de bebida dependen de la variedad de maíz usada, aunque el más común es el Morocho para producir una chicha condensada, fuerte, y otras variedades para una chicha clara. Ellos indican que allí también se usa el término *mukeado* y explican que a la chicha sin salivación se le llama "chicha postiza" o "chicha falsa". (Es significativo que, como lo he señalado [*vide supra*], de la misma forma se le llama en el Perú). La harina fermentada es hervida con agua para un potaje conocido como *apuña*, que es más dulce mientras más se hierve. Y con esto se producen varias chichas. Después del decantado, los diferentes niveles se usan en diversas formas. El primer nivel, con fines aromáticos, para hacer pan. El segundo para hacer chicha para los carnavales, etc. (Cámara Hernández y Arancibia de Cabezas, 1976: 223).

Al estudiar la chicha de Bolivia, Nicholson indica que allí se hace igualmente la chicha de jora mascada (también llamada *muko*), pero este método es más común en la región de Puno y en el lado peruano del lago Titicaca más que en el Cuzco. Como se ha visto por el trabajo de Cutler y Cárdenas (1947) (*vide* también Ramírez *et al.*, 1960), el uso del maíz "salivado" para hacer chicha es bastante común en Bolivia. El método empleado en Cuzco y Puno es esencialmente similar al de Cochabamba, pero el "salivado" es hecho tradicionalmente por muchachas jóvenes que no han mascado nunca coca (Nicholson, 1960: 298). Sin embargo, Muelle nos da una información diferente al afirmar que en el Cuzco no se hace "muqu" que es justamente la chicha fuerte que se prepara en Puno haciendo mascar la jora a las muchachas que no han probado la coca (Muelle, 1945: 152). (Hay datos sobre la chicha también en Kahn, 1987: 40).

Son muchos los términos que sobre el particular nos ha dejado González Holguín en su diccionario de 1608 (1989). Él anotó que "Mascar mayz para hacer chicha"

es "*muccuni*" (pp. 583). "Desleír harina en la boca, que es hacer mucu de mayz con saliva para hacer chicha" es "*Muc chhini*" y "Hazer la massa del mucu rala con agua en la boca, desleírlo" es "*Muccucta mucchhicuni*" (p. 245). "Hazer muccu mascado del mayz tostado" es "*Muccuni*", mientras que "*Muccu*" "Es la masa mascada de que se haze la leuadura para la azna" y "Mazcar mayz para hacer chicha por paga" es "*Muccupucuni*". "Los que se alquilan para mascar" son "*Muccupuccuk*", "Hazer la leuadura de chicha" es "*Mucucta* o *muccuscacta puchcuchini*" (p. 248), y "Oler a chicha" es "*Aka akam aznani*" (p. 18). Además, bajo "chicha" indica "*Aka* chicha fuerte *viñapu Aka*" y "chicha hacer" "*Akacuni*" (p. 470).

Quiero insistir sobre la forma de hacer la chicha por medio del ensalivamiento porque, como se verá en mis conclusiones, es una modalidad que casi se ha perdido en la actualidad. Gutiérrez de Santa Clara, por ejemplo, cuando menciona las ofrendas que se hacen a los dioses, refiere entre ellas el "...vino de la tierra que se hace de maíz mascado..." y luego, al describir la Costa Norte, cuenta que hay "...otro género de vino que llaman chicha, que se hace de maíz mascado con la boca..." (Gutiérrez de Santa Clara, 1963: 231, 241). Y Guamán Poma de Ayala, al hablar de las costumbres indígenas, dice:

> "[qe los yns [indios] no an de ueuer chicha mascada con la boca q ellos les llama *moco* [maíz mascado para chicha], *acto* [harina masticada para chicha], *haca* [chicha], *mocchi* [mascada para chicha], pururo [?], por ser puerca cosa sucia, cino queuan una chicha de mays nacida q ellos les llama *sura asua* [chicha de maíz germinado] para q los cristianos la ueua y aproeua..." (Guamán Poma de Ayala, 1936: 881 [897]).

Al referirse a los caciques principales escribió:

> "[q] los dhos caciques principales y los demás curacas mandoncillos y alcaldes y rregidores ni los yns [indios] comunes ni quales quieras personas deste rreyno no les ocupen a las dhas yns [dichas indias], solteras ni biudas ni casadas ni muchachas ni muchachos en mandalle mascar, q ellos le llaman moco [maíz masticado para chicha], acto, mocchi [harinas masticadas para chicha], pururo [?], haca [chicha]; para emborracharse ellos le mandan hazer hurcan [chicha]..." (Guamán Poma de Ayala, *Op. Cit.*: 788 [804]- 789 [805]).

Tschudi, quien estuvo en el Perú entre 1838 y 1842, también nos ha dejado una descripción de esta forma de hacer chicha. En su obra se lee:

> "En algunos lugares de la sierra del Perú, subsiste hasta el día la costumbre de preparar esta chicha mascada. Por lo general, son mujeres viejas las que se dedican a mascar el maíz germinado; yo he visto algunas de oficio, cuyos dientes se habían gastado hasta cerca de la encía. Con frecuencia también la operación se hace en familia o con algunos convidados; termina la fermentación y trasiego, se echa en cada vasija un trozo de carne sin hueso, grasa, ni músculos y después de taparlos herméticamente, se la entierra en un lugar aparente. Solo al ocurrir el santo de algún niño, se sacan las vasijas, las que entonces contienen una bebida amarillo oscuro esquisita y fuerte, que se parece a los vinos españoles; de la carne no se encuentra nada, pues toda se ha disuelto, reposando en el fondo de los residuos insolubles. Los aymarás llamaban a esta chicha guardada tanto tiempo *l'utapu o yanuna kusa* (Tschudi,1918:42)

Por su parte Valdizán, que escribía en 1918, nos ha legado el siguiente testimonio:

> "Esta manera de fabricar la chicha existe todavía: sólo es muy limitado el número de regiones en las cuales se conserva tal tradición incaica: en algunas poblaciones del sur y del centro del Perú es posible todavía beber el *Akha* que tanto alagó a los primitivos habitantes del Perú: todavía se halla sujetos que tienen una verdadera práctica del mascado del maíz y que se entregan a esa faena con algún provecho pecuniario. En Huarochirí, según referencias de mi amigo el doctor Tello, se conserva todavía la manera primitiva de elaboración de la chicha; a la vasija en la cual se lleva a cabo la ebullición dan el nombre de *pampana* y se llama *macma* aquella en la cual tiene lugar la fermentación. Mi tío el ingeniero Darío Valdizán, que ha recorrido casi todo nuestro territorio, me ofrece información idéntica respecto a algunas localidades del departamento de Ayacucho… [s]i existe en algunos centros del Perú, en el momento actual, la costumbre de mascar el maíz de idéntica manera a como lo hacían los primitivos peruanos, en la mayoría de las poblaciones se adopta el maíz germinado, reducido a fina papilla y presentado en el comercio con el nombre de jora, bajo la forma de una masa pulvurulenta de color oscuro, ya pronta para la preparación de la bebida fermentada" (Valdizán, *Op. Cit.*: 147-149).

Polo de Ondegardo ha recogido información sobre los cuidados que se tomaban en los tiempos incaicos con respecto al uso de la chicha. Él escribió: "Teníase asimismo gran vigilancia para que ninguna chicha se hiziese de maíz nuevo, ni menos se comiese en choclo antes de estar seco ni se comiese viras, que son las cañas del maíz cuando están verdes, que es toda esto la cosa mas perniciosa y perjudiçial para estos indios de todas quantas husan. Sobre esto y sobre cada parte dello, avía grandes guardas en cada pueblo..." (Polo de Ondegardo, 1940: 193). Y Tschudi al referirse a la chicha llamada *sora*, nos informa que "[l]os Inkas prohibieron en lo absoluto al

pueblo la fabricación de esta *sora* para su uso, porque impulsaba a los indios a los mayores excesos y más desenfrenadas orgías. Sólo los Inkas y la aristocracia podían entregarse libremente al goce de esta bebida capitosa" (Tschudi, 1918: 41).

El Padre Cobo reunió una buena información respecto a las cualidades medicinales de la chicha y se refiere a ellas con lujo de detalles:

> "Toda suerte de chicha de maíz, bebida, aprovecha contra el mal de detención de orina; contra las arenas y piedras de los riñones y vejiga; a cuya causa, nunca en los indios, así viejos como mozos, se hallan estas enfermedades, por el uso que tienen de beber chicha. Tomando medio cuartillo della en ayunas, en que hayan estado en remojo por espacio de una noche los cascos de media cebolla blanca y un poco de azúcar, quita la purgación de riñones, o, cuando menos, la templa y apoca para que no desuelle y haga llagas en la vía de la orina; y tomando desta bebida, cuando no está muy agria o madura, medio cuartillo caliente en ayunas, aprovecha contra la cólica pasión y contra todo detenimiento de orina y mal de ijada. También sirve el concho o asiento de la masa que hace la chicha, porque aplicado sobre los pies gotosos, les quita el ardor y mitiga el dolor" (Cobo, 1964a: 163).

Sobre el particular Acosta anotó que "...eso usan los indios más pulidos y algunos españoles por medicina; porque, en efecto, hallan que para riñones y orina es muy saludable bebida, por donde apenas se halla en indios semejante mal, por el uso de beber su chicha" (Acosta, 1954: 110).

Cabe mencionar que los españoles adoptaron muy rápidamente la costumbre de preparar la chicha, pues el Padre Cobo cuenta que a principios del siglo XVII ya la hacían, "...pero hacenla con más limpieza y curiosidad que los indios...", incluso modificando la fórmula indígena (Cobo, 1964a: 163).

Como he señalado al principio de este capítulo, no es mi intención entrar en los detalles de la producción de la chicha, quiero sólo añadir algunas ideas muy generales que le puedan servir al lector que no tiene conocimientos sobre la materia. Los recipientes que se usan para esto varían mucho. El primer paso para elaborar la chicha es seleccionar el maíz, sacar los granos de la coronta, remojando los granos para que germinen. Luego se secan y se muelen o machacan. Esto es lo que se conoce como jora. El cocido de la chicha varía mucho, desde 12 horas hasta uno o dos días. La separación del líquido de los residuos se hace luego por filtración o por sedimentación (Moore, 1989: 686).

Es valioso lo que dice Valdizán sobre la chicha en Piura: "...se hace un consumo extraordinario de la chicha de jora llamada claro tan solo por haber sido cuidadosamente filtrada o decantada y o por ofrecer un aspecto de mayor claridad que la chicha común" (Valdizán, 1990: 149). En la discusión volveré sobre este aspecto, pues el claro o clarito es también característico en la zona de Guadalupe, en la provincia de Pacasmayo.

Finalmente y para terminar con este capítulo, quiero sólo recordar el caso de Huarmey en la provincia homónima, en la Costa Norcentral peruana. Allí se usa tradicionalmente el maíz "jora" para la elaboración de la chicha, de larga historia en el valle y muy típica, pues para ello se aplicaba un procedimiento del todo especial y diferente al de otros valles costeños. Ya Raimondi había anotado en sus libretas de viaje, al pasar por el lugar en 1859:

> "Huarmey no tiene gran comercio, pero en cambio tiene una especialidad, que lo ha hecho célebre: es la elaboración de su chicha, que es muy estimada y hasta muchas veces se manda de regalo a la Capital. Algunas veces dejan asentar la buena chicha, y después cuando está bien clara, la embotellan y de este modo la conservan por mucho tiempo sirviéndola más tarde como vino. Es muy alcohólica, de modo que, tomada aunque sea en pequeña cantidad, produce los efectos del vino muy fuerte. Los que toman esta chicha, experimentan a veces un fuerte dolor de cabeza, para sanar comen un huevo con bastante ají (*Capsicum*), y después dicen que puede seguirse tomando sin que haga ningún daño" (Raimondi, 1942: 170).

Observación similar hizo por los mismos años Middendorf: "Huarmey es famosa en la o botellas con esta y luego las entierran; de este modo, la chicha queda guardada durante años. La chicha de Huarmey es oscura, pero no espesa, tiene sabor a vino y embriaga rápidamente" (Middendorf, 1973, Tomo II: 209). Se trata en efecto de una chicha muy pura, a la que no se le añade ningún otro ingrediente que no sea el maíz. Puedo dar testimonio de que hasta los años setenta del siglo pasado, había una señora en Huarmey que, según los viejos huarmeyanos, era la única que mantenía la antigua forma de hacer chicha. No pude averiguar el procedimiento que ella empleaba, pero por las descripciones de Raimondi y de Middendorf parecería que se trataba de lo mismo, pues la que yo tomé tenía características iguales. En La Libertad aún se bebe la "chicha del año", pero desconozco la forma en que se prepara.

Los lectores que quieran ampliar sus conocimientos sobre la materia pueden leer los trabajos de Camino (1987), Cavero Carrasco (1986), Gómez Huamán (1966), Vásquez (1967) *inter alia*.

Bibliografía

ACOSTA, Padre José de. *Historia Natural y moral de las Indias*. Madrid: Ediciones Atlas, 1954.

ARONA, Juan de. *Diccionario de peruanismos*. París: Biblioteca de Cultura peruana, núm. 10, 1938.

CAMINO, Lupe. *Chicha de maís. Bebida y vida del pueblo de Catacaos*. Piura: Centro de Investigación y promoción del Campesinaso, 1987.

CAVERO CARRASCO, Arnulfo. *Maíz, chicha y religiosidad andina*. Ayacucho: Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, 1986.

COBO, Bernabé. *Historia del Nuevo Mundo*. Madrid: Ediciones Atlas, 1964.

COROMINAS, J.; PASCUAL, J.A. *Diccionario crítico etimológico castellano e hispánico*. Madrid: Editorial Gredos, Vol. II, 1989,

COOPER, John. "Stimulants and narcotics". En Julian H. Steward (ed.), *Handbook of South American Indians*, Bureau of American Ethnology Bulletin 143, vol. 5, Washington: United States Government Printing Office, pp. 525-558, 1949.

CUTLER, Hugh; CÁRDENAS, Martin. "Chicha, a native South American beer". B*otanical Museum Leaflets*, vol. 13 núm. 3, pp. 33-60, 1947.

FARFÁN, J.M.B. La clave del lenguaje quechua del Cuzco. Revista del Museo Nacional, 1941.

GARCILASO DE LA VEGA, Inca. *Comentarios Reales de los Incas*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1959.

GILLIN, John. *Moche. A Peruvian Coastal Community*. Washington: Institute of social Anthropology, 1947.

GÓMEZ HUAMÁN, Nilo. "Importancia social de la chicha como bebida popular en Huamanga". *Wamani*, vol. 1, núm.1, pp. 33-57, 1966.

GONZÁLEZ HOLGUÍN, Diego. *Vocabulario de la Lengua general de todo el Perú llamada Lengua Quechua o del Inca*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1989.

GUAMÁN POMA DE AYALA, Felipe. *Nueva Corónica y Buen Gobierno*. París: Institut d'Ethnologie, 1936.

HOCQUENGHEM, Anne-Marie; MONZÓN, Susana. *La cocina piurana. Ensayo de antropología de la alimentación.* Lima: Instituto de Estudios Peruanos, IFEA, Instituto de Estudios Peruanos, 1995.

KAHN, Jr., E.J. *Granos y raíces. Fuentes de vida de la humanidad*. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 1987.

MANGELSDORF, Paul Christoph. *Corn. Its Origin, Evolution and Improvement*. Cambridge (EE. UU.): Harvard University, 1974.

MIDDENDORF, Ernest. *Perú*. Tomo II. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1973.

MOORE, Jerry. "Pre-Hispanic Beer in Coastal Peru: Technology and Social Context of Prehistoric Production". *American Anthropologist*, vol. 91, núm. 3. pp. 682-695, 1989.

MORRIS, Craig. *Maize Beer in the Economics, Politics and Religion of the Inca Empire*. New York: Academic Press, 1979.

MUELLE, Jorge. *La chicha en el distrito de San Sebastián*. Revista Museo Nacional, 1945.

NICHOLSON, Edward. "Chicha Maize Types and Chicha Manufacture in Perú". *Economic Botany*, vol. 14, pp. 290-299, 1960.

POLO DE ONDEGARDO, Juan. "Informe del Licenciado Juan Polo de Ondegardo al Licenciado Briviesca de Muñatones sobre la perpetuidad de las encomientas". *Revista Histórica*, tomo XIII, pp. 125-196, 1940.

RAIMONDI, Antonio. *Notas de Viajes para su obre "El Perú"*. Lima: Imprenta Torres Aguirre, 1.er Volumen, 1942.

ROWE, John. "Inca Culture at the Time of the Spanish Conquest". Smithsonian Institute, 1946.

SANTO TOMÁS, O.P., Domingo de. *Lexicón o vocabulario del Perú*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 1951.

SAUER, Carl. "Cultivated plants of South and Central America". En Julian H. Steward (ed.), *Handbook of South American Indians,* Bureau of American Ethnology Bulletin 143, vol. 6, Washington: United States Government Printing Office, pp. 487-543, 1950.

SEVILLA PANIZO, Ricardo. "Variation in Modern Andean Maize and its implications for Prehistoric Patterns". En S. Johannessen y C.A. Hastorf (eds.), *Corn and Culture in the Prehistoric New World*. Boulder: Westview Press, 1994.

STALLER, John; TYKOT, Robert; BENZ, Bruce (eds.). *Histories of Maize*. New York: Routledge, 2006.

TSCHUDI, Juan Jacobo von. *Contribuciones a la historia, civilización y lingüística del Perú antiguo*. Lima: Imprenta Sanmartí, 1918.

VALDIZÁN, Hermilio. "La chicha, bebida de los primitivos peruanos". En *Paleopsiquiatría del Antiguo Perú*. Lima: Universidad Cayetano Heredia, 1990.

VALDIZÁN, Hermilio; MALDONADO, Ángel. *La medicina popular peruana*. Lima: Imprenta Torres Aguirre. 1922.

VÁZQUEZ DE ESPINOSA, Antonio. *Compendio y descripción de las Indias Occidentales*. Washington: Smithsonian Institution, 1948.

ZÁRATE, Agustín de. *Historia del Descubrimiento y Conquista del Perú*. Tomo II. Lima: Biblioteca Peruana, 1968.



PRESENCIA MILENARIA Y VIGENCIA DE LA CHIRIMOYA EN LA GASTRONOMÍA DEL PERÚ

Fabrizio Augusto Alberca Sialer
Elizabeth Sara Gómez Castillo
María Olivia Pachas Fuentes
Universidad de San Martín de Porres, Perú

En las siguientes páginas podrá encontrarse una aproximación al tema de la consideración de la chirimoya o *Annona cherimola Miller* como parte del Patrimonio Gastronómico del Perú. En este texto se pone bajo el foco la presencia de esta fruta desde hace aproximadamente 4500 años en el territorio ahora peruano (mostrándose para tal fin evidencias correspondientes a los últimos 2000 años). En el análisis, se han considerado tres períodos como referencia: prehispánico, virreinal y contemporáneo. Se presenta, asimismo, evidencias, en algunos casos arqueológicas y en otras, históricas o bibliográficas (como algunas recetas) para sustentar la propuesta del presente artículo.

La chirimoya es una fruta cuya importancia en el pasado es reflejada en su presencia en ceramios, que llega al presente, con proyección al futuro, por sus usos en la gastronomía de vanguardia. Por tal motivo, este texto busca poner la primera piedra en el proceso de reconocimiento formal de la fruta como parte del patrimonio cultural, pues en la práctica, se cree, ya tiene esa consideración, ya que sigue vigente en los usos de algunas sociedades.

Patrimonio cultural y gastronómico

El Perú es considerado uno de los diez países mega diversos en el mundo, debido a que posee una gran biodiversidad gracias a su variada geografía, además de una riqueza cultural, heredada de sus ancestros. La cultura milenaria del país es expresión de aquel patrimonio recibido de los antepasados y preservado en el tiempo, que permite conocer características esenciales de quiénes fueron y quiénes son.

De acuerdo al concepto dado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura (UNESCO), el patrimonio cultural "en

su más amplio sentido es a la vez un producto y un proceso que suministra a las sociedades un caudal de recursos que se heredan del pasado, se crean en el presente y se transmiten a las generaciones futuras para su beneficio"[1]; y es que, como lo especifica López[2], cuando nos referimos al patrimonio cultural, podemos observar el constante proceso evolutivo de las sociedades, logrando además conocer cómo se da aquella fusión acumulada a través de los años respecto "del saber, el hacer y del saber - hacer de los grupos humanos, aquellos que dan origen en cuerpo y espíritu el sentido de identidad".

Por ello se puede afirmar que el patrimonio cultural es el conjunto de manifestaciones, costumbres y elementos materiales e inmateriales, del pasado y del presente; que, por su importancia, valor y significado, son producidos y transmitidos por las sociedades de generación en generación, que al representarlos les otorga esa particularidad que los distingue frente a los demás. Alberca[3] afirma que el patrimonio cultural es impulsado por la población, por eso es reconocido como tal desde el momento que la sociedad lo hace propio y se identifica con el, convirtiéndose así en un referente cultural.

La gastronomía y, por ende, en forma general la alimentación del hombre, se encuentra dentro de la clasificación del patrimonio cultural inmaterial. Es considerada expresión de la cultura, pues por medio de ella se da a conocer la riqueza natural además de las tradiciones y saberes, usos y costumbres que giran en torno al alimento de un determinado territorio. Su importancia trasciende no por el hecho de generar placer o ser un acto biológico esencial para la subsistencia del hombre; sino por sus significados y porque ha generado cambios a lo largo de la historia. "Bien es sabido que el alimento, las especias y más tarde la gastronomía han propulsado cambios civilizacionales a lo largo de la historia; que simple y sencillamente han hecho progresar y evolucionar a la humanidad"[4]

De acuerdo a Escobedo (1998)[5]:

---

[1] UNESCO. *Indicadores UNESCO de cultura para el desarrollo*, París, 2014, p. 132.

[2] Gloria López. "Patrimonio Gastronómico y cultural". En: *Patrimonio Cultural y Turismo Cuadernos 1er Congreso sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural en América Latina y el Caribe.* México, 2002, p. 30.

[3] Fabrizio Alberca. *Potencial Turístico de Ayabaca, como destino cultural. Una nueva metodología*. Lima, 2014.

[4] Ob. Cit., Gloria Lòpez, 2002, p. 31.

[5] Regina Schlüter. *Turismo y Patrimonio Gastronómico*. *Una perspectiva*. Argentina, 2003, p. 61.

> "El elemento cultural de la alimentación de alguna manera es la gastronomía. El hombre pocas veces consume directamente lo que la Naturaleza le ofrece, comienza por transformarlo, originando tradiciones culinarias que sólo modifica lentamente con el tiempo, pero además no se contenta con nutrirse, no es un acto automático: crea, alrededor de este acto una serie de hábitos, costumbres, ritos, tabúes (…), en una palabra, crea todo un entorno distintivo".

En este sentido, la gastronomía peruana es un elemento de comunicación cultural, resultado de conocimientos y prácticas heredadas de los ancestros que se transmiten generacionalmente; y que representan e identifican a una nación pluricultural. Asimismo, es considerada como una cocina mestiza, de mucha historia y de gran diversidad cultural y territorial, pues las diferentes regiones del Perú poseen alimentos únicos y genuinos, que permiten esta variedad de sabores.

Brack[6], en su *Diccionario de Frutas del Perú* señala:

> "El Perú es uno de los países con muy alta diversidad de especies de seres vivos entre los que destacan las plantas que en total suman 25000. De todas las plantas del Perú unas 5000 son de usos conocidos como alimenticias medicinales condimentos tintóreas curtientes maderables ornamentales para abonos y muchos otros [sic.]"

El autor expone además que entre las frutas comestibles, el país alberga un total de 623 especies, de las cuales 553 son nativas y 70 fueron introducidas. Entre las variedades de frutales que tiene el Perú está la chirimoya (*Annona cherimola Miller*), conocida en diversos países del mundo por tener un sabor agradable, ser suave al paladar, rica en nutrientes y tener propiedades medicinales.

Con el fin de conocer y preservar aquel legado culinario frente a los cambios originados por la globalización, es importante analizar e investigar todo lo concerniente a ella, además de reconocer su valor patrimonial, por las diversas manifestaciones culturales que giran en torno a ella. "Hay que tomar conciencia y saber para qué sirve la herencia recibida, en este tiempo y circunstancia"[7].

Para comprender la configuración del patrimonio gastronómico de una nación, resulta necesario evocar épocas antiguas, específicamente a los de los primeros pobladores. Ellos fueron quienes expresaron una identidad por medio de

---

[6] Antonio Brack. *Frutas del Perú.* Lima, 2003, p. 17.

[7] Ob. Cit., Gloria López, 2002, p. 30.

simbolismos, en su conexión con el entorno y la naturaleza, en la creación y el empleo de utensilios, y mediante usos y técnicas de uso cotidiano; todas en relación a la historia y cultura de un lugar, pues si bien este patrimonio proviene del pasado como legado de los ancestros, éste mantiene su vigencia y es proyectado hacia el futuro para las generaciones venideras.

Patrimonio cultural, identidad y sociedad

La importancia de reconocer el valor del patrimonio cultural inmaterial, se da durante la Conferencia General de UNESCO, realizada en París en el año 2003; en la que se aprobó la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial[8], que señala la relevancia del "acercamiento, intercambio y entendimiento entre los seres humanos" frente al mundo globalizado. Con ello, la UNESCO busca suscitar un mayor grado de conciencia en la protección y preservación de las manifestaciones y representaciones culturales, así como cuidar la diversidad cultural y poner en valor la creatividad del hombre, entre otros aspectos de la cultura viva.

Cada individuo es portador de costumbres y tradiciones, cada sociedad desarrolla diversas expresiones culturales que lo distingue frente a otra, como por ejemplo, las formas de domesticar la tierra, de preparar los alimentos o de servirlos. Cada una de ellas comunica pensamientos, formas de vida, creencias; es el lenguaje con el que el hombre evidencia sus sentimientos sobre la vida. Ésta, entre otras representaciones culturales, aceptadas y reproducidas de forma colectiva, son las que caracterizan a una sociedad; afirmándose a través de ella, su identidad.

Al respecto, Hall[9] afirma que no es un punto fijo, sino es un proceso. Asevera además que "la identidad es en parte la relación entre uno y el Otro. Solamente cuando hay otro puede uno saber quién es uno mismo". La identidad es entonces, un proceso que está continuamente en construcción; que rememora el pasado, se da en el presente y se proyecta al futuro. "La identidad es la historia que nos contamos de nosotros mismos para saber quiénes somos"[10].

---

[8] UNESCO. *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*, 2003, p. 2.

[9] Stuart Hall. *Sin garantías: trayectoria y problemáticas en estudios culturales*, 2010, p. 344.

[10] Ibídem, p. 345.

Por otro lado, Ciselli[11] señala que "la identidad es una construcción simbólica, una forma de clasificación que crea una pertenencia". Asi mismo, Medina[12] asegura que "las sociedades locales han llegado a identificarse e, incluso, hoy en día, a definirse patrimonialmente a través de los alimentos y los platos que seleccionan, cocinan y comen".

Según Zapata[13]:

> "La gastronomía como patrimonio intangible y expresión cualitativa alimentaria de un país o una región, comprende juicios de valor con universalidad de criterios estético-gustativos. En el caso peruano, abarca nuestro acervo cultural esencial presentado en la mesa. Esta herencia, que trata de los usos y costumbres de la especialidad culinaria, ha estado sujeta, en sus etapas evolutivas avanzadas, a un proceso de "patrimonialización". Es decir, a la interiorización colectiva de valores culturales (gustativos, sociales, históricos, geográficos, etcétera) con los cuales construye el patrimonio gastronómico".

La identidad frente al desarrollo de la globalización es, entonces, un proceso permanente, es el discurso de uno mismo, aquel sentido que el ser humano reconoce al cuestionarse cómo se ve a sí mismo en comparación con los otros. Cada región tiene alimentos únicos que lo representan. En torno a ellos giran diversas manifestaciones que socialmente son consideradas como parte de su patrimonio e identidad cultural, expresando así modos de vida, sentimientos e historia, que los diferencia como sociedad.

Patrimonio para el disfrute y el desarrollo

La cultura es, a grandes rasgos, todo lo que hace el hombre como ser social, por extensión el patrimonio cultural forma parte de esas manifestaciones colectivas, que son particularmente significativas, a nivel de su identidad y para su reconocimiento y pertenencia.

Urbano[14], en su artículo Patrimonio y modernidad, dice que la palabra patrimonio semánticamente hace referencia o evoca, inevitablemente, al pasado, a la herencia.

---

[11] Ob. Cit., Regina Schlüter. Buenos Aires, 2003, p. 66.

[12] Xavier Medina. "Reflexiones sobre el patrimonio y la alimentación desde las perspectivas cultural y turística". Anales de Antropología, vol. 51, núm. 2, 2017, p. 107.

[13] Sergio Zapata. "Patrimonialización" de la gastronomía peruana". *Turismo y Patrimonio*, núm. 6, 2009, p. 17.

[14] Henrique Urbano. *Patrimonio y modernidad. Turismo y Patrimonio*, núm 1, 2000.

No obstante, la concepción del patrimonio cultural ha venido evolucionando en el tiempo, pasando de ser visto como un conjunto de bienes y manifestaciones sagrados y por ende intocables, a uno más cercano y democrático. En otras palabras, se dejó de lado una mirada romántica pero distante, para ser reconocido como popular (basado en la comunidad) y además generador de desarrollo, a través de su uso.

García Canclini[15], a propósito, señala que el patrimonio debería proyectarse, es decir, empezar a vincularse ya no sólo con "disciplinas del pasado" como la arqueología, restauración, historia; sino empezar —o continuar— a relacionarlo con otros campos como el turismo, la arquitectura, el comercio y el simbólico- imagen[16]. Es decir, empezar a hablar de los usos sociales del patrimonio, entre los que se destaca el uso económico como medio —mas no como fin— para la búsqueda del desarrollo y bienestar de las comunidades. Y es que, ante todo, éstas son las "dueñas" de ese patrimonio, ergo tienen los derechos de su uso; y el deber de hacerlo cumpliendo con una condición mínima necesaria: la sostenibilidad. Esto es, que las actividades (usos) han de estar enfocadas considerando, sobre todo, los aspectos cultural y social, y un uso cuidadoso y responsable, pues el patrimonio involucra el "ser" de una colectividad. Y esto implica que quienes hagan uso del patrimonio, no incurran en el abuso; para ello será necesaria la apropiación por parte de la comunidad.

Esta condición —sostenibilidad— debe estar también presente en todo el sistema de uso del patrimonio, así como en la lógica de todos los actores involucrados ya que, por su propia naturaleza, tiene una condición vulnerable, más aun en el caso del patrimonio inmaterial, como es el gastronómico.

Este tipo de patrimonio, el inmaterial, ha ganado protagonismo en las últimas décadas dada su cotidianidad y diversidad, y dada también la democratización y valorización de la diversidad cultural. Todo grupo humano tiene una cultura de la cual se desprende su patrimonio.

---

[15] Néstor García Canclini. "Los usos sociales del patrimonio". En: España, Aguilar: Patrimonio Etnológico, España, Consejería de Cultura. Junta de Andalucía, 1999.

[16] Martorell explica el uso simbólico-imagen en los siguientes términos: "Sabemos, por ejemplo, de la trascendencia de la cultura simbólica en las sociedades globalizadas de nuestro tiempo. En ese sentido, la imagen que transmite un país es fundamental para su proyección económica. La imagen nacional es una activo que debemos saber aprovechar. En el caso peruano, esa imagen debe reflejar tanto la modernidad como las profundas raíces históricas que nos han legado las milenarias culturas que nos antecedieron, y cuyo patrimonio cultural disfrutamos nosotros en la actualidad". Alberto Martorell. "Patrimonio cultural, desarrollo sostenible y turismo". *Turismo y Patrimonio*, núm. 7, 2012, p. 14.

El desarrollo es a lo que aspiran todos los pueblos, y para que éste se mantenga, deberá ser siempre endógeno; es decir, partir desde adentro, ser promovido por la misma gente[17] y apoyarse, además, en los recursos disponibles para la sociedad de referencia. En ese sentido, el patrimonio se presenta como un recurso a utilizar que demanda cuidado o protección especial (para lo que también se necesitan recursos de toda índole como económicos, humanos, materiales).

Pero no se piense que se tiene una mirada economicista del patrimonio. No, lo que se advierte es que el patrimonio es un recurso, pero uno no renovable, que se encuentra a disposición para el aprovechamiento de la comunidad.

Por otro lado, el desarrollo debe ser entendido desde dos perspectivas que, además, son complementarias: económica y social. La primera, que tiene como finalidad la generación de ingresos –económicos– y su repartición o distribución; mientras que la segunda, la social, tiene que ver con el bienestar colectivo, que deviene en una mejor convivencia, en un mejor "estar" en el espacio de vida cotidiano y en una mejor relación entre pares. Esta dimensión del desarrollo, se relaciona directamente con la económica y debe cimentarse en el sentimiento de pertenencia a un espacio, el mismo que se construye con los sentimientos de identificación y orgullo por lo que se posee, dicho en otras palabras, si uno se siente bien en un lugar, se sentirá bien con las personas de ese lugar.

Muestras de cómo el patrimonio puede ser fuente de desarrollo en el Perú, huelgan, como por ejemplo en Oropesa (Cusco), donde los conocimientos tradicionales (patrimonio inmaterial) de la preparación de sus afamados panes permiten el empleo de más del 90 %[18] de la población en panaderías y actividades conexas como las de distribución y venta.

La marinera norteña, el baile nacional del Perú, es otro caso alrededor del cual se ha generado toda una industria cultural que, en diferente medida, da empleo a profesores, costureros, músicos, entre otros, mejorando así la calidad de vida de la comunidad.

---

[17] Cuando nos referimos a "la misma gente", se incluye a las autoridades locales que pueden fomentar la creación de oportunidades. Lo opuesto es planificar el desarrollo de algunas actividades económicas, desde oficinas centralizadas, e imponerlas al colectivo.

[18] Dato mencionado en un reportaje titulado "Oropesa: el pan nuestro de cada día". Programa Cuarto Poder (30/08/2015).

Lo mismo ocurre con el patrimonio gastronómico peruano, que es un ejemplo de cómo su uso puede generar oportunidades, pues en torno a este se han constituido una serie de restaurantes, escuelas, comercios, y otros[19] que han generado trabajo y en consecuencia la mejora de su calidad de vida. Arista[20], al respecto agrega:

> "Será pertinente e importante darse cuenta de que dicho proceso involucra otros actores, más allá de los cocineros y el Estado: es necesario identificarlos y conocer su papel en esta nueva vorágine gastronómica. Dichos actores son, por ejemplo, los campesinos, los productores de la sierra o la selva, quienes ven revalorados no sólo sus productos, sino también sus técnicas para la siembra, cosecha y procesamiento, muchas de ellas de herencia ancestral".

Además, en el aspecto social, se ha encontrado que esta revalorización de la gastronomía peruana ha permitido un respeto multidireccional entre los diferentes grupos y sus conocimientos gastronómicos.

El turismo es uno de los usos y maneras de generar desarrollo basado en el patrimonio. Un caso icónico en el Perú es el de la Isla de los Uros (Puno) que destaca porque el producto principal de su oferta es su propia cultura, a decir, su patrimonio cultural: vestimenta, textilería, técnicas de uso de la totora, entre otros. Es a partir del turismo que los pobladores han encontrado una fuente de ingresos y de mejora de su calidad de vida.

A propósito de la chirimoya, objeto de análisis del presente texto, geográfica e históricamente ha cubierto un espectro bastante amplio, pues su presencia en territorio ahora peruano data de hace más de 4500 años[21]. Por tal motivo, se propone su consideración como un producto originario y vivo en la gastronomía peruana, lo que abona al inicio de un proceso de patrimonialización[22], que involucra, inicialmente, el reconocimiento y la visibilización del insumo, lo que permitiría poner en relieve su uso continuo y aporte a la gastronomía del Perú, así como la posibilidad de desarrollo basado en su uso.

---

[19] Según Adriana Arista Zerga, quien cita a la revista *The Economist*, "ahora la cocina rivaliza con Machu Pichu como objeto de orgullo nacional, de acuerdo con las encuestas de Ipsos"; esto habla de un uso turístico de la gastronomía peruana. Adriana Arista. *La cocina, patrimonio cultural del Perú*, Estudios del Hombre, 2015.

[20] Ob. Cit., Adriana Arista, 2015, p. 200.

[21] Ob. Cit. Sergio Zapata. Lima, 2009.

[22] La patrimonialización formal es un proceso largo y burocrático, no obstante cuando se refiere a la patrimonialización lo hacemos en función a la parte inicial de ese proceso, es decir, al reconocimiento del insumo por parte de la sociedad, para luego buscar formalizar esa consideración e inclusión como parte del patrimonio gastronómico peruano.

En el caso del uso de la chirimoya, el desarrollo deberá venir desde adentro, gatillado por la misma sociedad, siendo para el caso de estudio y de manera general, las poblaciones de la costa centro y norte del Perú, por sus raíces históricas –y de producción.

Para que sea endógeno, este desarrollo basado en el patrimonio, deberá primero existir la apropiación del mismo. En tal sentido la creación, por ejemplo, de ferias, festivales y campañas publicitarias serán fundamentales, sin prescindir de la inclusión del conocimiento histórico y cultural de esta fruta en los currículos escolares.

Posteriormente, el turismo, la restauración, las ferias gastronómicas y de productores, así como la industria alimentaria, son oportunidades para el desarrollo, siempre en el marco de la sostenibilidad y de un uso responsable. Dependerá entonces de las autoridades locales fomentar la participación de la comunidad en el uso del patrimonio como medio de desarrollo.

A manera de ejemplo, en 2018, se celebró el XXV Festival de la chirimoya en el distrito limeño de Callahuanca (Huarochirí). Este evento anual, que no tiene como finalidad explícita la valorización de la fruta como un insumo que forme parte del patrimonio gastronómico, pero sí el del fomento del cultivo y sus productos derivados; bien puede ser una primera oportunidad para el reconocimiento de su valor cultural. Es más, auscultando el festival, sin sus organizadores saberlo, se presenta innovaciones gastronómicas como la pizza de chirimoya o el "chirimpisco" que no hacen sino darle continuidad al uso gastronómico de esta fruta.

La chirimoya ha sido utilizada desde tiempos remotos y es posible encontrarla aún en nuestras mesas, tomando variantes propias de la vida que tiene el patrimonio inmaterial, como lo es el gastronómico; y, en ese tránsito, bien puede generarse desarrollo social y económico.

Características y producción de la chirimoya

La chirimoya es una fruta de piel verde y generalmente suave; de pulpa cremosa, jugosa, dulce y blanca; y de forma acorazonada y textura reticular; tiene, además, "un sabor y perfume delicioso" según refería el sabio naturalista Antonio Raimondi en 1857 (en Elementos de Botánica Aplicada a la Medicina y a la Industria)[23].

[23] Sergio Zapata. *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*. Lima, 2009, p. 296.

La chirimoya es el fruto del chirimoyo, árbol que crece en los valles interandinos, entre los 1000 y 2000 m s. n. m. Gusta de climas templados. Esta planta tiene una longevidad de aproximadamente 15 años y su fruta puede pesar entre 150-500 gr y llegar a los 2.7 kg o más (4-5 kg en Callahuanca, Lima). En cuanto a sus dimensiones promedio: 10 a 20 cm de longitud y más de 10 cm de ancho.

La chirimoya es una fruta que tiene importantes beneficios para la salud. En la web del programa Sierra Exportadora se encuentra la ficha informativa comercial de esta fruta.

Tabla 1. Beneficios de la chirimoya para la salud

Aporta valor energético por su alto contenido de carbohidratos
Es rica en fibra y vitamina del complejo B y potasio
Es fuente apropiada de vitamina C partícipe en la síntesis del colágeno, huesos y dientes.
Actúa como antioxidante, al proteger a nuestras células de la oxidación

Fuente: Sierra Exportadora[24]. Elaboración propia.

En cuanto a su producción, la misma fuente señala que las principales zonas de producción de chirimoya son Lima, Ancash, Lambayeque, Piura y Cajamarca, y que se encuentra disponible (cosecha) entre los meses de febrero a agosto.

Gráfico 1. Calendario cosecha de chirimoya 2017.



Fuente: Sistema de información estadística Agraria (SIEA, 2017). Elaboración: Kobashigawa[25].

[24] Sierra Exportadora. *Chirimoya*, revisado 18 enero 2019.

[25] Silvia Kobashigawa. *Análisis de oportunidades comerciales en mercados exigentes de la chirimoya a partir del desarrollo de la cadena productiva en Huara.* Lima, 2018, p. 15.

Tabla 2. Precio en chacra de chirimoya

Precio en chacra (S/. kg)				
Años	Lima	Cajamarca	Piura	Promedio Nacional
2005	2.59	0.54	0.38	1.27
2006	2.61	0.54	0.62	1.26
2007	2.94	0.49	0.5	1.31
2008	2.76	0.53	0.3	1.29
2009	2.94	0.59	0.64	1.56
2010	3.12	0.58	0.44	1.56
2011	3.76	0.69	0.28	2.11
2012	3.70	0.82	0.54	2.16
2013	3.32	0.66	0.67	2.32
2014	3.89	0.87	0.56	2.36

Fuente: Sistema de información estadística Agraria (SIEA, 2017). Elaboración: Kobashigawa[26].

Vale señalar que en el Perú la mayor parte de la chirimoya que se produce es para el consumo local[27], así como en 2019 que los principales destinos fueron Chile (63 %), España (11 %), Canadá (14 %) y Países Bajos (4 %)[28]. Sobre la producción, existe una problemática que ha sido expuesta por los agricultores en diferentes reportajes y noticias[29]: el precio fijado por los mayoristas y que no les deja mayor ganancia[30].

La problemática expuesta obliga preguntarse si acaso esta realidad no es un aliciente adicional, es decir, una oportunidad para el desarrollo de la tesis postulada para el caso de la chirimoya: la del patrimonio gastronómico como medio de desarrollo (complementario, en este caso, al agrícola). En otras palabras, el insumo, la fruta,

[26] Ibídem, pp. 16-17.

[27] Ibídem.

[28] Sierra Exportadora, *Chirimoya*, revisado 18 enero 2019.

[29] Ob. Cit., Silvia Kobashigawa. *Análisis de oportunidades comerciales en mercados exigentes de la chirimoya a partir del desarrollo de la cadena productiva en Huara*, 2018.

[30] En 2016, Romainville en un informe para el diario *El Comercio* adopta el testimonio de Eugenio Salazar, un agricultor de la zona de Callahuanca (Lima), quien señala que el precio que los mayoristas pagan fluctúa entre los S/. 3.00 y S/. 3.50. Si bien no tenemos el dato del precio en chacra de 2016, es verosímil pensar en el reducido margen de ganancia que seguiría afectando a los agricultores. Miriam Romainville. *Callahuanca, el paraíso de la producción de chirimoya en Perú*, El Comercio, 2016.

su uso dentro de un espectro mayor de posibilidades, siempre cimentadas en la consideración y características propias del patrimonio inmaterial–gastronómico.

La chirimoya en el período prehispánico

El nombre de la chirimoya proviene de las palabras quechua "chiri" y "moya" o "muyu" que significan "frío" y "redonda" respectivamente. La chirimoya o *Annona cherimola* Miller es una fruta nativa del Perú, no obstante, hay autores que sostienen que es originaria de Ecuador, Colombia, Bolivia o México. Sin embargo, mientras sigue la discusión, en el Perú se tiene evidencias contundentes de su presencia y domesticación desde hace más de 4500 años.

Zapata[31], en su importante Diccionario de Gastronomía Peruana Tradicional, señala:

> "La chirimoya es una fruta nativa del Perú y una de las tantas contribuciones que nuestro país ha brindado al mundo. Es de antigua domesticación pues algunos cultivos aparecen hacia 2700 años a. C. en Los Gavilanes, Huarmey. Se han encontrado semillas en múltiples sitios arqueológicos, y la fruta ha sido reproducida ampliamente en la cerámica de las culturas preincaicas"

Han escrito también sobre la chirimoya y su origen peruano autores como Garcilaso de la Vega, Cobo, Courte de Blanchardière, Raimondi, Caldcleugh y De Arona[32]. El último dijo a la letra, que la chirimoya era "la gran fruta del Perú en cuyo elogio se han desatado casi todos los viajeros europeos, con Tshudi, Marchan, Haenke &, [sic] llamándolo, fruta incomparable el primero, y éste último, obra maestra de la natura".

Juan de Arona (S. XIX)[33], asimismo, escribió -o la describió- en verso diciendo:

> Y dentro de su piel reticulada
> La chirimoya con bondad extrema
> Miel nos ofrece y crema
> En una verde red aprisionada

---

[31] Zapata, p. 296.

[32] Ibídem, p. 297.

[33] Cesar Ángles. *Iconos de la Peruanidad*. Lima, 2010, p. 47.



Ceramio Chimú representando el fruto de la "chirimoya". Foto: Guillermo Gayoso.

La información escrita referente a la presencia de la chirimoya en el Perú data de los primeros años de la época virreinal. No obstante, hay evidencias arqueológicas de la presencia de esta fruta desde hace más de 4500 años[34].

Safford (1926)[35] afirma que la teoría del origen peruano de esa fruta "se sustenta por los dibujos hallados en los vasos de terracota y semillas en las sepulturas preincaicas del Perú". Así también, existen evidencias que confirman que la chirimoya ha sido representada en diferentes culturas preinca de la costa central peruana, como son los casos de Chavín, Cupisnique, Moche, Chimú y Chancay[36], lo que permite afirmar que fue en el Perú donde esta fruta fue domesticada, siendo llevada luego a Europa por los españoles.

Esta fruta, que destaca por su delicado sabor, aroma, suavidad al paladar además de su gran valor nutriente, era considerada por las culturas preinca (Chavín, Mochica, Chimú y Chancay) como un "regalo de los dioses"[37], un regalo de la Pachamama, tanto es así que buscaron representar su devoción por ella a través de ceramios que lo evidencian. "Estas representaciones también dejan sentir que los pueblos andinos volcaron una devoción religiosa hacia el mundo de las plantas y la agricultura, y especialmente hacia la chirimoya, una fruta tan rica, delicada y exigente, obra maestra de la Pachamama"[38]

En el estudio realizado por Gayoso y Chang[39], titulado "Annona cherimola Mill. "chirimoya" (Annonaceae), una fruta utilizada como alimento en el Perú prehispánico", se analizaron 20 ceramios tanto de la cultura Chimú como de la cultura Moche tomando como referencia su morfología y decoración; donde además se realizaron entrevistas a los pobladores de las provincias de Trujillo y Otuzco, se confirmó que el consumo de chirimoya proviene desde sus ancestros. El resultado obtenido por medio de este análisis se ve apoyado por aseveraciones

[34] Ob. Cit. Sergio Zapata, *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*, 2009.

[35] Jessica Gonzalez. *Manejo poscosecha de Annona Cherimola en el valle de Puchka - Áncash para la producción de pulpa*. Lima, 2015, p. 5.

[36] Vietmeyer (en Popenoe et. al., 1989) considera la chirimoya uno de los cultivos perdidos de los incas, lo que hablaría de su presencia también durante el Incanato. En Patrick Van Damme y Xavier Scheldeman, *Promoting cultivation of cherimoya in Latin America*. FAO, 1999.

[37] Fortunata Barrios. *La chirimoya un regalo de los dioses*, Gourmet Latino, 2006.

[38] Ibídem, p. 14.

[39] Guillermo Gayoso – Luis Chang. *Annona cherimola Mill. "chirimoya" (Annonaceae), una fruta utilizada como alimento en el Perú prehispánico*, Arnaldoa, 2017.

de autores como Ghezzi y Ravines (que son citados en el mismo estudio), para quienes los ceramios forman parte de aquellas manifestaciones plásticas que dan a conocer el modo de vida del hombre andino en el antiguo Perú.

Las culturas mencionadas expresaron la importancia de esta fruta en su vida cotidiana a través de la elaboración de ceramios que han podido ser recuperados y que actualmente se encuentran en diferentes museos nacionales y extranjeros.

En el Museo de Sitio de Chan Chan (La Libertad, Perú) puede apreciarse esta fruta representada en el arte cerámico de la cultura Moche; cultura que se desarrolló entre los años 100-700 d. C. y cuya alimentación se caracterizaba por estar basada en la agricultura.

En el Museo de Historia Natural y Cultural de la Universidad Privada Antenor Orrego (La Libertad, Perú), se tiene como evidencia una muestra de artesanía que representa a la chirimoya, perteneciente a la cultura Chimú, desarrollada entre los años 1000 y 1200 d. C; ceramio que formó parte del estudio previo de Gayoso y Chang.

En el Museo Chileno de Arte Precolombino (Santiago de Chile) puede encontrarse ceramios de la cultura Chavín, desarrollada entre los años 1200 a. C. y 200 a. C. y perteneciente al Horizonte Temprano. En estos se representa la chirimoya, fruta que ha sido plasmada reiterativamente en diversos ceramios.

Asimismo, en el Museo Larco Herrera (Lima, Perú), se presenta cinco ceramios pertenecientes a las culturas Chimú, Cupisnique, Inca y Chancay.

Como se ha podido apreciar, la chirimoya ha sido representada desde tiempos remotos en las diferentes manifestaciones culturales de las sociedades prehispánicas del Perú, debido a la importancia en su vida cotidiana.

Actualmente, la chirimoya sigue siendo incluida en la artesanía, y como ejemplo, se puede mencionar lo presentado en el evento organizado por el Ministerio de Comercio Exterior y Turismo del Perú (MINCETUR) en 2017[40], denominado "Innovación en la artesanía, VII Premio Nacional de Diseño de la Artesanía Peruana", el cual tuvo como objetivo fomentar la innovación en los diseños de los

[40] Ministerio De Comercio Exterior Y Turismo (MINCETUR), *Innovación en la Artesanía. VII Premio Nacional de Diseño de la Artesanía Peruana. Directorio de Artesanos*, 2017.

productos y de esa manera, consolidar a la artesanía como herramienta de desarrollo sostenible en el país. En este evento se presentó la artesana Diana Raquel Silva León, autora de la "Colección Puff" inspirada en la chirimoya. Para la elaboración de este trabajo y para la realización del teñido, se empleó chantre, semilla de palta, achiote y hoja de pacay, dando como resultado un mobiliario que busca promover la revalorización de las prácticas ancestrales.

En conclusión, puede notarse el tránsito de la chirimoya por las diferentes culturas prehispánicas, lo que evidenciaría su importancia y su presencia en la vida cotidiana de los pobladores del territorio actual del Perú.

La chirimoya en el Virreinato

Como se ha sostenido en el presente texto, la chirimoya es una fruta que ha tenido valor para la sociedad peruana desde la época prehispánica.

Por ejemplo, para los indígenas "las frutas se consideraban golosinas y eran consumidas entre las comidas"[41]. Así también, se puede sostener que durante el Virreinato esta fruta estuvo presente en las mesas.

En el libro *La Cocina en el Virreinato del Perú*, de Rosario Olivas, publicado por la Universidad de San Martín de Porres (Perú), tras un arduo análisis y revisión de fuentes de la época, archivos, testimonios escritos por cronistas, entre otros documentos encontrados en archivo, como lo señala la autora, se describen muchas de las costumbres y aficiones gastronómicas durante la época virreinal. En el último capítulo de este libro, se presenta un recetario de las más populares comidas, dulces y bebidas de la época, que a la fecha, en su mayoría han desaparecido. "Muchas comidas, bebidas y postres que se consumían en el tiempo de los virreyes han desaparecido de nuestras mesas. Por suerte es posible acercarse al sabor de aquella época a través del testimonio que nos dejan las recetas"[42].

Es en base a esta fuente, que se hace referencia al uso de la chirimoya durante el Virreinato. A continuación, la receta del refresco llamado "Ante con Ante", presentada en el libro en mención en la lista de postres[43]:

---

[41] Rosario Olivas. *La cocina en el Virreinato del Perú*. Lima, 2016, p. 297.

[42] Ibídem, p. 331.

[43] Ibídem, p. 339.

> "Este es un refresco muy agradable y caro […]. Después de pelados, se cortan en rajitas naranjos, limas, limones dulces, piñas, melocotones y tunas; se agregan unos gajitos de chirimoya, granos de granada, cereza y ciruelas agrias. Por separado se hace un dulce de almíbar, con orejones, guindas, pasas de Italia y un pedacito de canela entera. Después de retirado del fuego, se le agrega un poco de vino dulce; se acomoda la fruta [arriba mencionada] en un gran vaso en capas alternadas con una porción de la conserva [de las frutas en almíbar y vino] y algunas almendras dulces peladas, espolvoreándoles con canela molida. Para servirlo, se puede poner encima de cada plato una cucharada de hielo machacado (Un Nieto de Ño Cerezo)"

Con la llegada de los españoles, los pobladores peruanos modificaron sus costumbres y tradiciones culinarias al disponer de nuevos insumos. Por lo tanto, se puede determinar que algunos aspectos de la vida cotidiana, así como diversos alimentos prehispánicos, tal es el caso de la chirimoya, se continuaron usando y consumiendo en la época virreinal, dando origen al mestizaje culinario.

Recetas en base a la chirimoya

En la actualidad, algunas de las preparaciones a base de la chirimoya, se muestran en el libro *Cocinas Regionales Peruanas, Lima*, de Gloria Hinostroza[44], ahí, se describen recetas de postres como el manjar blanco de chirimoya, suspiro de chirimoya y torta de chirimoya.

Asimismo, Gonzales, Álvarez, Meza y Arana[45], en su libro *Reconociendo y Revalorando las Cocinas Regionales del Perú*, Lima, sus otros sabores: Huacho, Huaral, Huarochirí y Canta, señalan que "en la cocina, las chirimoyas son utilizadas para preparar postres como el flan de chirimoya, tartaleta de chirimoya y helado de chirimoya. Estos postres, generalmente, son preparados los fines de semana y los días festivos, pues hay una mayor afluencia de visitantes al pueblo".

Las autoras mencionan, además, la importancia del proceso de producción de la chirimoya para su consumo y comercialización, ya que es una fruta que requiere dedicación y cuidados minuciosos para asegurar su calidad. Por ejemplo, los testimonios de los agricultores, que se muestran en el libro, señalan que el cultivo

---

[44] Gloria Hinostroza. *Cocinas Regionales Peruanas*. Lima. 2002.

[45] Celia González; Isabel Álvarez; Sonia Meza; Sara Arana. *Reconociendo y Revalorando las Cocinas Regionales del Perú. Lima, sus otros sabores. Huacho, Huaral, Huarochirí y Canta*. Lima, 2013, p. 214.

de la chirimoya se hace a través de aspectos técnicos especiales para la siembra. Así también, se toman en cuenta durante el proceso de cosecha, consideraciones y cuidados frente a la temperatura y clima, protección contra las plagas y otros aspectos técnicos especializados; de esta forma se garantiza la calidad de la chirimoya, lo que hace de ella una fruta suave, exquisita y única.

Por otro lado, las amas de casa y cocineros locales han experimentado adaptado e innovado los postres en base a las cualidades y características peculiares de esta fruta, tomándola como ingrediente principal en diversas preparaciones. A continuación, la receta del flan de chirimoya:

> "Ingredientes: 1 leche, dos chirimoyas (dos kilos aproximadamente). Para su preparación se debe hervir la leche, mientras tanto se separa la pulpa de la chirimoya. Una vez que la leche rompa hervor, agregar la pulpa de la chirimoya y cocer hasta que tome cierto espesor. Servir y dejar enfriar al tiempo o en el refrigerador. La pulpa de la chirimoya se debe separar poco a poco, tiempo antes de que la leche rompa en hervor para evitar que se oxide y se ponga oscura"[46].

Entre las bebidas que se consumen en la provincia de Huarochirí, Región Lima, está el chirimpisco, bebida que se encuentra en ferias, restaurantes y festivales en torno a la chirimoya. Tiene como ingredientes: una onza de crema de chirimoya, tres onzas de pisco de chirimoya, un litro de leche y una chirimoya de aproximadamente dos kilos. Para la preparación, primero se licua el litro de leche con la fruta para obtener la crema de chirimoya. Luego, se licua la crema de chirimoya con el pisco de chirimoya[47].

Cocineros innovadores, también, se han sumado a la tarea de crear nuevas recetas, con el fin de aprovechar su sabor, textura y valor nutricional; buscando así poner en valor esta fruta. Como muestra de ello, se presenta a continuación las recetas de Magret de pato en salsa catalana de vino tinto y pulpa ligera de chirimoya y Trifle de chirimoya, galleta crocante y manjar blanco.

---

[46] Ibídem, p. 253.

[47] Ibídem.

Tabla 3. Recetas innovadoras a base de chirimoya

Receta	Descripción
Magret de pato en salsa catalana de vino tinto y pulpa ligera de chirimoya	Ingredientes (para 4 personas): 2, magret de pato, sal, pimienta, 1 litro de vino tinto, 1 litro de fondo oscuro, ½ taza de azúcar, mantequilla c/n, 1 taza de pulpa de chirimoya, ½ taza de crema ligeramente montada, 1 taza de pulpa de chirimoya, ½ taza de crema ligeramente montada. Preparación: Cuadrillar la piel del magret de pato y sazonar con sal y pimienta. Dorar en sartén de teflón empezando por la piel, hasta alcanzar el término deseado. Para la salsa, colocar el fondo oscuro, vino tinto y azúcar en una olla y reducir hasta la mitad. Retirar del fuego y montar con mantequilla bien fría. Sazonar. Antes de servir, cortar el plato en lonjas delgaditas, salsear y acompañar con pequeños puntos de pulpa de chirimoya combinada con crema ligeramente batida.
Trifle de chirimoya, galleta crocante y manjar blanco	Ingredientes (para 4 personas): 2 chirimoyas maduras, 1 limón, 2 tazas de manjar blanco, 500 ml de crema de leche semimontada. Para la galleta de almendras: 1 taza de almendras molidas, ½ taza de mantequilla, 2 cucharadas de azúcar, 1 cucharadita de vainilla, 1 taza de harina. Para la decoración: Crema chantilly, menta fresca. Preparación: Retirar la pulpa de la chirimoya y combinar con el jugo de limón. Mezclar bien con el manjar blanco y al final incorporar la crema de leche semimontada. Para las galletas de almendras, combinar la mantequilla con azúcar y vainilla, añadir la harina, formar círculos del tamaño de la circunferencia de la copa a utilizar y hornear a 350°C por ocho minutos. Enfriar. Para servir colocar manjar blanco en el fondo de las copas, seguir con una galleta, verter el mousse de chirimoya con manjar blanco, terminar con una galleta más y coronar con crema chantilly. Decorar con menta. Se puede sustituir la galleta por bizcocho genovés si desea hacer el trifle en un molde grande.

Fuente: Recetas de Carolina de Noriega[48]. Elaboración propia.

Cabe señalar que la producción industrial de esta fruta también está siendo posible, lográndose comercializar productos como el vino de chirimoya, mermelada de chirimoya, manjar de chirimoya, helados de chirimoya, la pulpa congelada para jugos y diversas preparaciones, entre otros productos[49]. De esta forma, se presenta a la chirimoya como un ingrediente que va dando origen a nuevas preparaciones, mostrándose como una fruta versátil para la culinaria peruana.

Se ha hecho un breve pero documentado viaje mostrándose evidencias de la presencia de la chirimoya en el territorio hoy peruano. Este viaje tuvo como propósito demostrar que esta fruta forma parte de la memoria y del presente de los peruanos, por lo que se buscó sentar las bases —a nivel teórico— para su consideración formal u oficial como parte del patrimonio gastronómico del

48 Barrios, Fortunata, *La chirimoya un regalo de los dioses*, Gourmet Latino, 2006.

49 Sierra Exportadora, *Chirimoya*, revisado 18 enero 2019.

Perú, en vista que esta fruta ya es parte de la identidad de sus antiguos y actuales habitantes, sobre todo, de la costa central y norte, y tiene procedencia peruana.

La eventual inclusión de la chirimoya como parte del patrimonio gastronómico permitiría revalorizarla, más allá de por dónde se produce, por su importancia histórico-cultural y utilitaria; permitiría asimismo difundirla, pues es importante que la sociedad no sólo la identifique, sino que tenga una mirada más amplia de su relevancia. Por último, su inclusión, permitiría protegerla a nivel comercial, pues tal y como en este artículo se ha señalado, su patrimonialización puede generar beneficios económicos, por lo que se cree, es necesario resaltar su procedencia física e histórica.

Bibliografía

ALBERCA, Fabrizio. *Potencial Turístico de Ayabaca, como destino cultural. Una nueva metodología, 2013*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2014. Recuperado de http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1453/3/alberca_sf.pdf

ÁNGELES, César. *Iconos de la Peruanidad.* Lima: Asamblea Nacional de Rectores, 2010.

ASOCIACIÓN REGIONAL DE EXPROTADORES DE LAMBAYEQUE. *Perfil Comercial. Chirimoya*. Revisado: 18 de enero de 2019. https://docplayer.es/17576180-Perfil-comercial-de-la-chirimoya.html

ARISTA ZERGA, Adriana. "La cocina, patrimonio cultural del Perú". En Ricardo Ávila, Marcelo Álvarez y Xavier Medina (coordinadores), *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios. Confrontaciones culturales, identidades y resignificaciones*. Colección Estudios del Hombre. Serie Antropología de la Alimentación. Guadalajara: Universidad de Guadalajara, pp. 187-204, 2015.

BARRIOS, Fortunata. *La chirimoya un regalo de los dioses*. Gourmet Latino, núm. 12, pp. 12-19, 2006.

BRACK, Antonio. *Frutas del Perú*. Perú: Universidad de San Martín de Porres, 2003.

GARCÍA CANCLINI, Néstor. "Los usos sociales del Patrimonio Cultural". En Encarnación Aguilar Criado (coord.), *Cuadernos Patrimonio Etnológico. Nuevas perspectivas de estudio*. Instituto Andaluz de Patrimonio Histórico, España, pp. 15-33, 1999.

GAYOSO, Guillermo; CHANG, Luis. "*Annona cherimola* Mill. "chirimoya" (*Annonaceae*), una fruta utilizada como alimento en el Perú prehispánico". *Arnaldoa*, vol. 24, núm. 2, pp. 619-634, 2017. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2413-32992017000200013&script=sci_abstract

GONZÁLES, Celia; ÁLVAREZ Isabel; MEZA, Sonia; ARANA, Sara. *Reconociendo y Revalorando las Cocinas Regionales del Perú. Lima, sus otros sabores. Huacho, Huaral, Huarochirí y Canta*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013.

GONZÁLEZ, Jessica. *Manejo poscosecha de Annona Cherimola en el valle de Puchka - Áncash para la producción de pulpa,* Lima: Universidad Agraria La Molina, 2015. http://repositorio.lamolina.edu.pe/handle/UNALM/1411

HALL, Stuart. *Sin garantías: trayectoria y problemáticas en estudios culturales*. 2010. Recuperado de http://www.ram-wan.net/restrepo/documentos/sin_garantias.pdf

HINOSTROZA, Gloria. *Cocinas Regionales Peruanas - 3*. 2.ª edición. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2002.

KOBASHIGAWA, Silvia. *Análisis de oportunidades comerciales en mercados exigentes de la chirimoya a partir del desarrollo de la cadena productiva en Huara*. Lima: Universidad Agraria La Molina, 2018. http://repositorio.lamolina.edu.pe/handle/UNALM/3306

LÓPEZ, Gloria. "Patrimonio Gastronómico y cultural*"*. En *Patrimonio Cultural y Turismo Cuadernos 1er Congreso sobre Patrimonio Gastronómico y Turismo Cultural en América Latina y el Caribe (memorias)*. México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta), pp. 29-39, 2002.

MARTORELL, Alberto. "Patrimonio cultural, desarrollo sostenible y turismo". *Turismo y Patrimonio*, núm. 7, pp. 9-16, 2012.

MEDINA, Xavier. "Reflexiones sobre el patrimonio y la alimentación desde las perspectivas cultural y turística". *Anales de Antropología*, vol. 51, núm. 2, pp. 106-113, 2017. http://dx.doi.org/10.1016/j.antro.2017.02.001

MINISTERIO DE COMERCIO EXTERIOR Y TURISMO. *Innovación en la Artesanía. VII Premio Nacional de Diseño de la Artesanía Peruana. Directorio de Artesanos*, 2017. https://www.mincetur.gob.pe/wp-content/uploads/documentos/turismo/publicaciones/artesania/2_Direct._artesanos_innovación_2017.pdf

MUSEO CHILENO DE ARTE PRECOLOMBINO. *Colección Andes centrales. Chavín*. Revisado: 12 de enero de 2019. Recuperado de: http://www.precolombino.cl/coleccion/botella-asa-estribo-fitomorfa-chirimoya/

MUSEO LARCO HERRERA. *Colección de Área Andes Centrales. Catálogo en línea*. Revisado: 1 de marzo de 2019. http://www.museolarco.org/catalogo/buscador.php?flg=0

OLIVAS, Rosario. *La cocina en el Virreinato del Perú*. 2.ª edición. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2016.

UNESCO. *Indicadores UNESCO de cultura para el desarrollo*. París: UNESCO, 2014. https://es.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/iucd_manual_metodologico_1.pdf

UNESCO. *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial,* 2003. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000132540_spa

ROMAINVILLE, Miriam. "Callahuanca, el paraíso de la producción de chirimoya en Perú". *El Comercio*. Lima, 11 de enero de 2016. https://elcomercio.pe/economia/peru/callahuanca-paraiso-produccion-chirimoya-peru-208085

SCHLÜTER, Regina. *Turismo y Patrimonio Gastronómico. Una perspectiva*. Buenos Aires: Centro de Investigación y Estudios Turísticos (CIET), 2003.

SIERRA EXPORTADORA. *Chirimoya*. Revisado 18 enero 2019. https://www.sierraexportadora.gob.pe/descargas/competitividad/CHIRIMOYA.pdf

URBANO, Henrique. "Patrimonio y modernidad". *Turismo y Patrimonio*, núm. 1, pp. 13-25, 2000. https://doi.org/10.24265/turpatrim.2000.n1.01

VAN DAMME, Patrick; SCHELDEMAN, Xavier. *Promoting cultivation of cherimoya in Latin America*, Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), 1999. http://www.fao.org/3/x2450e09.htm

ZAPATA, Sergio. "Patrimonialización" de la gastronomía peruana". *Turismo y Patrimonio*, núm. 6, pp. 17-28, 2009. https://doi.org/10.24265/turpatrim.2009.n6.02

_____*Diccionario de gastronomía peruana tradicional*, Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2009.

SOBRE LOS AUTORES

Manuel Rodríguez Cuadros. Ministro de Relaciones Exteriores del Perú (2003-2005). Embajador del Perú ante la UNESCO (2012-2019). Expresidente del Comité para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, expresidente de la Asamblea de los Estados Parte de la Convención de la UNESCO para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, exvicepresidente del Comité del Patrimonio Mundial. Autor, entre otras obras, de *El Perú en el Sistema Internacional de Protección del Patrimonio Cultural y Natural de la Humanidad*, Universidad de San Martín de Porres, 2019.

Adriana Arista Zerga. Abogada por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos-Perú. Doctora en Antropología Social y Cultural por la Universidad Autónoma de Barcelona, España. Especialista en temas de patrimonio cultural y derechos culturales. Actualmente es profesora asociada del Departamento de Estudios Españoles, Portugueses y Latinoamericanos de la Universidad de Nottingham. Reino Unido. Miembro del Instituto del Patrimonio Cultural Inmaterial-IPACIM Barcelona, del Centro para el Estudio de las Sociedades Postconflicto-Universidad de Nottingham y de la Association of Critical Heritage Studies.

Elmo León. Ph.D. Investigador. Universidad de San Martín de Porres (Lima, Perú). Facultad de Letras y Ciencias Humanas. Pontificia Universidad Católica del Perú. Autor, entre otras obras: *14,000 años de alimentación en el Perú.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2013. Elmo León, Nancy Chávez Cornejo. *Alimentos del Perú: Propiedades Nutricionales y Farmacológicas*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2019.

Jorge G. Paredes Muñante. Profesor en Historia y Geografía por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Lima, Perú). Autor de publicaciones centradas en el tema de la independencia hispanoamericana en revistas hispanoamericanas e internacionales. Autor del libro *San Martín y Bolivar en Guayaquil.* Guayaquil: Fondo Editorial de la Municipalidad de Santiago de Guayaquil, 2015.

Rafael Cartay. Economista (UCV, Caracas). Magíster en Economía Agrícola y Desarrollo Agropecuario (Colegio de posgraduados, Chapingo, México/ IICA-OEA, Turrialba, Costa Rica). Doctor en Ciencias Sociales (Université de Paris I-Pantheon-Sorbonne, Francia). Autor de más de cuarenta libros en historia económica, historia de las mentalidades e historia de la alimentación y de la cocina de América Latina. Actualmente se desempeña como investigador contratado de la Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú, y profesor-investigador de la Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.

José Manuel Iglesias. Secretario General de World Gastronomy Institute, ONG con presencia en 46 países, acreditada por Naciones Unidas. Como investigador y escritor especializado en gastronomía ha publicado centenares de artículos y libros, como *Café se escribe con C*, ganador del premio Gourmand World Cookbook Awards 2011 Mejor libro del mundo de cultura gastronómica en lengua española. Es miembro del Consejo Asesor de la Cátedra UNESCO de Alimentación, Cultura y Desarrollo UOC-UNITWIN y del Consejo Educativo de Worldchefs (World Association of Chefs Societies). Profesor en la Cátedra Ferran Adrià UCJC y de Altos Estudios Internacionales en la Universidad Rey Juan Carlos.

Sara Beatriz Guardia. Directora de la Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible de la Universidad de San Martín de Porres. Autora de varios libros, entre los que figuran: *La flor morada de los Andes.* Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2004. Gourmand World Cookbook Awards Suecia 2004: Mejor Libro de Historia de la Gastronomía en Español, Mejor Libro Especialidad Alimenticia en Español. *Las mejores recetas de papa del mundo* (2009). *La ruta de la papa. De los Andes Peruanos a Europa* (2011). *La quinua. Alimento de las culturas andinas* (2013). *Cocina peruana. Historia, cultura y sabores* (2016). Gourmand World Cookbooks Awards Mejor Libro de Historia de la Gastronomía.

Sandra Negro. Arquitecta con diploma de Estudios Antropológicos y estudios de maestría en Antropología. Doctora en Historia del Arte y Gestión Cultural en el Mundo Hispánico. Investigadora de temas vinculados con la historia social, la religiosidad popular, el urbanismo y la arquitectura del Perú antiguo y virreinal. Autora de varios artículos y libros. En 2019, publicó como coautora *El patrimonio arquitectónico como expresión del imaginario cultural en el Perú*. Directora del Instituto de Investigación del Patrimonio Cultural y presidenta por el Perú del Centro Internacional para la Conservación del Patrimonio CICOP.

Humberto Rodríguez Pastor. Bachiller en Etnología y Arqueología por la UNMSM; Doctor en Antropología por la UNMSM. Profesor de Antropología en la UNMSM, 1993-2016. Obras publicadas: *De tamales y tamaleros* (2006), *La vida en el entorno del tamal peruano* (2007), *El ají peruano en sus regiones y pueblos*. (2014), *Chinos en la sociedad peruana, años 1850-2017* (2018), *El peón y empresario Nikumatsu Okada y la comunidad japonesa del valle de Chancay 1900-1950* (2018).

Duccio Bonavia. Arqueólogo ítalo-peruano, realizó importantes estudios e investigaciones sobre las pinturas murales prehispáncas. Así como también sobre el origen del maíz, la domesticación de los camélidos y el desarrollo de las grandes civilizaciones andinas. Entre sus libros figuran: *Una pintura mural de Pañamarca, valle de Nepeña* (1959), *Investigaciones arqueológicas en el Mantaro Medio* (1967-1968) y *El maíz*. Lima: Universidad de San Martín de Porres, 2008.

Fabrizio Augusto Alberca Sialer. Magíster en Gestión Cultural, Patrimonio y Turismo por la Universidad de San Martín de Porres. Licenciado en Turismo y Hotelería por la misma casa de estudios. Diplomados en Estadística aplicada a la Investigación, Docencia Universitaria y en Asesoría de Tesis, por el Instituto para la Calidad de la Educación (USMP). Docente de pregrado y posgrado en la Escuela Profesional de Turismo y Hotelería. Es autor de artículos sobre turismo y patrimonio en revistas indexadas.

Elizabeth Sara Gómez Castillo. Magíster en Ciencias Gastronómicas por la Universidad de San Martín de Porres y Licenciada en Ciencias de la Comunicación por la USMP, con diplomado de especialización de Posgrado en Docencia Universitaria por el Instituto para la Calidad de la Educación (USMP). Docente de cursos de pregrado: Introducción al Estudio del Turismo del 1.er ciclo, Métodos y técnicas de Investigación del 5.º ciclo y Seminario de Tesis II del 9.º ciclo. Ha publicado artículos en las revistas indexadas *Turismo y Patrimonio* y *revista Cultura*.

María Olivia Pachas Fuentes. Magíster en Gestión Cultural, Patrimonio y Turismo por la Universidad de San Martín de Porres. Docente de cursos de Pregrado en la especialidad de inglés en la Escuela Profesional de Turismo y Hotelería. Ha sido investigadora del Observatorio Turístico del Perú. Cuenta con diversas publicaciones de artículos en la revista indexada *Turismo y Patrimonio*.

Las prácticas sociales y rituales de los pueblos conllevan complejas y diversas técnicas y saberes que se transmiten de generación en generación, y que contribuyen a la identidad cultural de los pueblos.

El Perú es uno de los países del mundo en el que la diversidad y riqueza de expresiones inmateriales vinculadas a la alimentación y a la elaboración de los alimentos está unida a tradiciones culturales milenarias. Comprende una pluralidad y multiplicidad de saberes y técnicas de preparación en espacios culturales que exceden la comunidad local y regional, y que se extiende a un ámbito nacional e inclusive transnacional.

Manuel Rodríguez Cuadros
Exministro de Relaciones Exteriores
Embajador del Perú ante la UNESCO (2012-2019)





USMP
SAN MARTÍN DE PORRES


ISBN: 978-612-4460-26-5
9 786124 460265